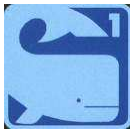




## Schwimmsportabzeichen Wal / Hecht

Der Unterricht für die Schwimmsportabzeichen Wal / Hecht wird im Rahmen des Trainingsangebotes des Schwimmclubs Unterland durchgeführt. Die Mitglieder der Trainingsgruppen Wal und Hecht können bereits auch an kleineren Schwimmwettkämpfen (z.B. Flöserfisch in Buchs) teilnehmen.

Die Lernziele der Schwimmsportabzeichen Wal / Hecht sind:



### **Wal**

50m Rückencrawl  
25m Crawl einarmig  
25m Rückencrawl einarmig  
5m Hechtschiessen in Brustlage  
Startsprung Crawl  
Wende Crawl



### **Hecht**

100m beliebig schwimmen ohne Unterbruch  
50m Crawl, zwei rechts – zwei links  
25m paddeln kopf- und fusswärts  
4m Hechtschiessen in Rückenlage  
Start Brust (mit Tauchphase)  
Wende Brust

**Trainingszeiten:** Dienstag 17:30 – 18:15 Uhr  
Samstag 9:00 – 9:45 Uhr

**Trainingsorte:** Während der Umbauphase des Hallenbades Schulzentrum Unterland in Eschen (ab Februar 2012) werden die Trainings in folgende Hallenbäder verlegt:  
Dienstag: Hallenbad Lukashaus, Grabs  
Samstag: Hallenbad Resch, Schaan

**Trainingskosten:** CHF 100.- pro Semester (exkl. Hallenbadeintritte)  
(zuzüglich Mitgliederbeitrag SCUL CHF 50.- pro Jahr)

**Trainingsleitung:** Werner Kernbeiss, Clubtrainer

**Anmeldung:** mit der Beitrittserklärung / Anmeldung auf der Rückseite

**Ansprechperson:** Helga Door  
Leiterin der SCUL-Schwimmschule  
Tel. +423 770 57 27  
email: helga.door@cable.vol.at

Postfach 212, 9492 Eschen, Liechtenstein  
LLB Konto Nr. 232.142.04

---



**Schwimmclub  
Unterland**

## **Beitrittserklärung / Anmeldung Trainingsgruppen Wal / Hecht**

Ich melde mich hiermit als Aktivmitglied (Mitgliederbeitrag CHF 50.- pro Jahr) des Schwimmclubs Unterland an.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Email Aktivmitglied: \_\_\_\_\_

Email gesetzlicher Vertreter: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift Aktivmitglied: \_\_\_\_\_

Unterschrift gesetzlicher Vertreter: \_\_\_\_\_

Ausgefüllte Beitrittserklärung an Schwimmclub Unterland, Postfach 212, 9492 Eschen senden.