

# VITA ZWEMSCHOOL, DAAR KRIJG JE ENERGIE VAN



Bij Vita werken we volgens de leerlijn die werd ontwikkeld door ISB: Fred brevet. Het is een praktische manier om kinderen waterveilig te maken in de eerste plaats én tegelijkertijd worden de zwemslagen aangeleerd.

## FASE 2: LEREN OVERLEVEN (Adviesleeftijd: 5-6 jaar)

Oefenen op coördinatie, evenwicht en verplaatsing in het water. Het einddoel is om de kinderen kantveilig te maken. Er zijn 3 brevetten te behalen binnen deze fase: ZEEHOND, WATERSCHILDPAD, DOLFIJN

### Brevet ZEEHOND

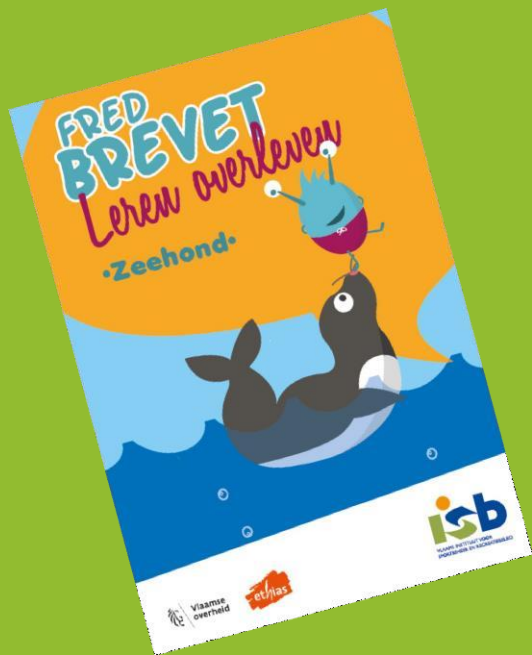
- » Ik spring in het water en ik kom er uit
- » Ik drijf 3 seconden op mijn rug (met drijfhelp)
- » Ik leg 3 meter af op mijn buik met 1 arm aan een plankje
- » Ik leg 3 meter af op mijn rug (met drijfhelp)
- » Ik stoot af in buiklig en glij als een pijl door een poortje
- » Ik kan 10 seconden watertrappen (met drijfhelp)

8 lessen van 30 min (1x/week)

Gemiddeld 6 kinderen/groep

Kostprijs € 60,00

(dit is steeds incl. zwembrevet, inkomticket en badmuts)



# VITA ZWEMSCHOOL, DAAR KRIJG JE ENERGIE VAN



Bij Vita werken we volgens de leerlijn die werd ontwikkeld door ISB: Fred brevet. Het is een praktische manier om kinderen waterveilig te maken in de eerste plaats én tegelijkertijd worden de zwemslagen aangeleerd.

## FASE 2: LEREN OVERLEVEN (Adviesleeftijd: 5-6 jaar)

Oefenen op coördinatie, evenwicht en verplaatsing in het water. Het einddoel is om de kinderen kantveilig te maken. Er zijn 3 brevetten te behalen binnen deze fase: ZEEHOND, WATERSCHILDPAD, DOLFIJN



### Brevet WATERSCHILDPAD

- » Ik spring in het water, haal een voorwerp op van de bodem en kom uit het water
- » Ik leg een afstand af van 3 meter in buiklig
- » Ik leg een afstand af van 3 meter in ruglig
- » Ik drijf als een ster 3 sec op buik + 3 sec op rug
- » Ik kan draaien als een vuurtoren in het water door te watertrappen

8 lessen van 30 min (1x/week)

Gemiddeld 6 kinderen/groep

Kostprijs € 60,00

(dit is steeds incl. zwembrevet, inkomticket en badmuts)

# VITA ZWEMSCHOOL, DAAR KRIJG JE ENERGIE VAN



Bij Vita werken we volgens de leerlijn die werd ontwikkeld door ISB: Fred brevet. Het is een praktische manier om kinderen waterveilig te maken in de eerste plaats én tegelijkertijd worden de zwemslagen aangeleerd.

## FASE 2: LEREN OVERLEVEN (Adviesleeftijd: 5-6 jaar)

Oefenen op coördinatie, evenwicht en verplaatsing in het water. Het einddoel is om de kinderen kantveilig te maken. Er zijn 3 brevetten te behalen binnen deze fase: ZEEHOND, WATERSCHILDPAD, DOLFIJN

### Brevet DOLFIJN - kantveilig

- » Ik kan door een hoepel zwemmen in diep water
- » Combinatietest (in het **diep**):
  - Ik kan:
    - Inspringen in diep water
    - 3 meter verplaatsen in buiklig
    - Al watertrappend van buiklig naar ruglig
    - 3 meter verplaatsen in ruglig en op de kant klimmen

8 lessen van 30 min (1x/week)

Gemiddeld 6 kinderen/groep

Kostprijs € 60,00

(dit is steeds incl. zwembrevet, inkomticket en badmuts)

