

Schwimm-Tandem

Dringender Sommer-Aufruf

**Schwimmst du gerne?
Suchst du eine sinnvolle Sommerbeschäftigung?
Dann suchen wir dich!**

Unterstütze eine Person dabei, schwimmen zu lernen!

Jede Woche erreichen das Solinetz zahlreiche Anfragen von geflüchteten Menschen, die schwimmen lernen möchten. Schwimmen zu können bedeutet nicht nur Freude und Sicherheit im Wasser. Es ist Empowerment fürs Leben. Es ist ein riesiges Bedürfnis – doch kostenlose Schwimmkurse für Erwachsene sind Mangelware.

Wie funktioniert das Schwimm-Tandem?

Die Schwimm-Tandem-Treffen macht ihr individuell ab. Ihr trefft euch am Badeort eurer Wahl, wo es Nichtschwimmerbereiche gibt – solange wie es nötig ist und Spass macht. Frauen vermitteln wir mit Frauen, Männer mit Männern. Wir versuchen auch Wohnort und Alter zu berücksichtigen. Das Solinetz ist jederzeit für eure Fragen da.

Was muss ich können?

Du musst dich im Wasser sicher fühlen, andere Vorkenntnisse brauchst du nicht. Bei einem Input am Wasser geben die Solinetz-Schwimmlehrerinnen Birgit und Itta euch konkrete Tipps: Mit welchen Übungen starte ich? Worauf muss ich achten?

Input am Wasser und Projektstart

Dienstag, 4. Juli, 19.30 - 21.00 Uhr, Badkleid und Tuch mitnehmen

Vor der Schulschwimmanlage Grünau, Grünauring 28, Zürich Altstetten



Melde dich an unter: www.solinetz-zh.ch/projekte/schwimmtandem/

Kontakt für Fragen: Hanna Gerig & Jenny Steiner, info@solinetz.ch, 044 291 96 94