

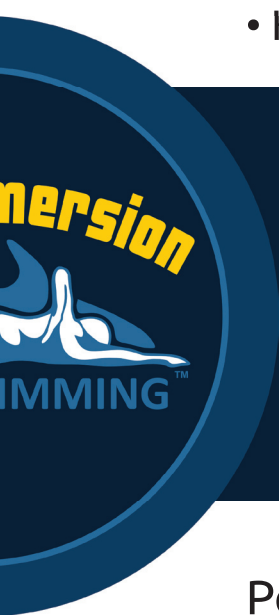
# KRAUL METODOU ÚPLNÉHO PONOŘENÍ



(v originále **Total Immersion**, zakladatel Terry Laughlin)



- Krásně plavat může každý, bez ohledu na věk, sílu, zdatnost nebo zkušenost.
- Schopnost zlepšovat se nespočívá v usilovném tréninku, ale spíše v tom, jak účinně **spolupracujete s vodou**.
- Metoda Terryho Laughlina vám **pomůže rychlou a přirozenou** cestou zlepšit plavecké dovednosti, jak úplným začátečníkům, tak i pokročilým plavcům.
- Naučí vás užívat si každé tempo, které uděláte.
- Kurz je určen pro dospělé a děti od 12 let.



**Jednodenní kurz kraulu pro dospělé  
v ZŠ Bzenec, Olšovská 1628**

**v sobotu 23.4.2016 od 8 - 14:00 hod**

Počet míst je omezen, je třeba se předem přihlásit:  
[sarkajachymkova@gmail.com](mailto:sarkajachymkova@gmail.com) • 608 069 695

[www.totalniplavani.cz](http://www.totalniplavani.cz) • [www.totalniplavani-morava.cz](http://www.totalniplavani-morava.cz)