



Aanbod volwassenen

ZWEMBAD IEPER 2020



Sportdienst

📍 Sportdienst, Leopold III-laan 18 | 8900 Ieper
tel. 057 239 400 | sportdienst@ieper.be

1 Leren zwemmen volwassenen 16+

20 LESSEN

Voel je nog niet veilig in het water of heb je nog onvoldoende vaardigheden om te kunnen zwemmen? Dan kun je in het zwembad van Ieper terecht om veilig leren zwemmen aan te leren. We leren jou de basisvaardigheden van het veilig leren zwemmen.

- Wanneer: Elke trimester start een lessenreeks.
Dit op maandag en woensdag van 19.20 - 20 uur. (niet in tijdens schoolvakanties)
- **Inschrijven vooraf is verplicht!** Alle info via www.ieper.be/zwemlessen

2 Volwassenzwemmen aangeboden door de zwemclubs Iswim of Rysc

Onze twee zwemclubs bieden techniektrainingen aan volwassenen aan. Je kent de basis van een stijl of je wilt je techniek verbeteren! Dit door een gemotiveerde en gediplomeerde begeleiders! Ideale voorbereiding voor triatleten of personen die hun conditie willen verbeteren!

- Wanneer: maandag en/of woensdag van 21 tot 22 uur
- Alle info via de zwemclubs. Zie website www.rysc.be of www.iswim.be



3 Vrij zwemmen met hulpmiddelen

Er worden drie momenten open gesteld waarbij je baantjes kan zwemmen met specifieke hulpmiddelen. Met hulpmiddelen creëer je meer stuwkracht op het water. Denk hierbij aan handpeddels en/of zwemvliezen. Hierdoor kun je specifiekere trainen.

- Wanneer: maandag en woensdag van 21 tot 22 uur en/of zaterdag van 17 tot 18 uur!
- **Let op!** Gezien de balie op maandag en woensdag tijdens deze uren gesloten is, kunnen enkel houders van abonnementen of meerbeurtenkaart toegang tot het zwembad verkrijgen!

OVERZICHT	MAANDAG	WOENSDAG	ZATERDAG
17 - 18 uur			③
19.20 - 20 uur	①	①	
21 - 22 uur	② ③	② ③	



Sportdienst

Sportdienst, Leopold III-laan 18 | 8900 Ieper
tel. 057 239 400 | sportdienst@ieper.be