

JAARSCHEMA natte gym lessen schoolzwemmen juli 2023/februari 2024 de

Les-week	datum	Kern I:	Kern II:	Slot:	Materiaal:	Bijzonderheden:
1	21-aug 27-aug	Opvang, uitleg routing in bad, niveau inventariseren, namenlijsten controleren	Te water gaan met koprol, potlood, duik.	Bommetje		
2	28-aug 3-sep	Zwemmen op Niveau: Alle zwemslagen verbeteren.	Watertrappen, alleen met armen, alleen met benen.	Hindernisbaan	Lange mat	
3	4-sep 10-sep	Zwemmen op Niveau: Alle zwemslagen verbeteren.	Koprol, hoekduik, wrikken	Wedstrijd met ballen.	Ballen, emmers.	
4	11-sep 17-sep	Alle zwemslagen verbeteren.	Onder water zwemmen.	Glijbaan		
5	18-sep 24-sep	Schatzoeken in/onder water			ringen, visjes	
6	25-sep 1-okt	Waterpolo	Overgooien, afronden individueel	wedstrijd	Ballen, goal, lijnen	
7	2-okt 8-okt	Duiken	Onder water zwemmen	onder/over mat	Lange mat	
8	9-okt 15-okt	Snorkelen/duiken	schatzoeken		snorkels,duikbrillen	Duikbril kinderen zelf meenemen
9	16-okt 22-okt	herfstvakantie				
10	23-okt 29-okt	Trefbal			zachte ballen, lijnen	
11	30-okt 5-nov	Reddend zwemmen				
12	6-nov 12-nov	zeemeermin/zeemeerman				

13	13-nov	19-nov	Ranjapong			Emmers/kliko/ballen	
14	20-nov	26-nov	synchroomzwemmen			muziek, badmuts	
15	27-nov	3-dec	Bommetjes contest, mooiste duik			meetlat voor hoogte water	
16	4-dec	10-dec	Voorrondes schoolzwemmen				IJZ&PC
17	11-dec	17-dec	Reddingsbrigade, klossen gooien, flippers				RBIJ vragen voor ondersteuning
18	18-dec	24-dec	Elfstedentocht				
19	25-dec	31-dec	Kerstvakantie				
20	1-jan	7-jan	Kerstvakantie				
21	8-jan	14-jan	Haaien & vissen	Schipper mag ik overvaren	pylonnen		
22	15-jan	21-jan	Turnen in het water		Lange mat, kleine matten		
23	22-jan	28-jan	zwembanden race				zwembanden
24	29-jan	4-feb	Vrijspelen				

