

Kunstsvømning

Beskrivelse og Forudsætninger:



Kunstsvømning er en sjov og anderledes sport i vand, da den minder om ballet i vand, sporten er for dig, som kan lide at være under vandet og bevæge sig anderledes og yndefuldt i vandet. Som kunstsvømmer skal man kunne svømme stabilt og gerne alle fire stilarter, man lærer også at skodde for at holde sig oppe, og samtidig bliver man dygtig til at træde i vandet og dykke.

Kunstsvømning træner kondition, styrke, smidigheden og udholdenhed. Sporten er krævende og man arbejder både individuelt og sammen, man kan starte til kunstsvømning fra man er 7-8 år gammel.

Til træningerne er mange eller alle kunstsvømmerne i vandet samtidig så der er mange aldersgrupper og niveauer i vandet samtidig så der er rig mulighed for at få inspiration og læring.

Kunstsvømning konkurrerer samtidig regionalt og nationalt.

Kom gerne forbi til en prøvetime – vælg blot at møde op til en af træningerne for ”Begyndere”.