

## Erwachsenen Schwimmtraining (kein Schwimmkurs)

Schwimmerinnen und Schwimmer, die einen Ausgleich zum Alltag suchen, eine längere Strecke ohne Pause schwimmen können und vor allem die Stilarten Crawl, Rücken und Brust verbessern möchten.

Trainingszeit: Dienstag 20.00-21.00 Uhr

Trainer: András Gyenes

Ort: Hallenbad Uster

Kosten: Eintrittsgebühr CHF 75.00 einmalig  
Mitgliederbeitrag SCU CHF 540.00 pro Jahr  
Mitgliederbeitrag Swiss Aquatics CHF 35.00 pro Jahr

## Masters

Gute Schwimmerinnen und Schwimmer, die gerne ein regelmässiges Schwimmtraining besuchen möchten. Ehemalige Wettkampfschwimmer.  
Voraussetzung: Beherrschen aller vier Schwimmstile, eine längere Strecke Crawl ohne Pause schwimmen können.

Trainingszeiten: Montag 19.45-21.00 Uhr  
Mittwoch 19.45-21.00 Uhr  
Donnerstag 20.00-21.00 Uhr

Trainer: Nicolas Messer, Beat Hunger, Louis Grossmann-Wirth

Ort: Hallenbad Uster

Kosten: Eintrittsgebühr CHF 75.00 einmalig  
Mitgliederbeitrag SCU CHF 840.00 pro Jahr  
Mitgliederbeitrag Swiss Aquatics CHF 35.00 pro Jahr

Anmeldungen für Probetrainings oder für weitere Fragen bei  
[nadine.niemeyer@scu.ch](mailto:nadine.niemeyer@scu.ch)

24.4.2025/nn

SchwimmClub Uster, Postfach, CH-8610 Uster, office@scu.ch, www.scu.ch