

**Waterwennen, leren zwemmen en vervolmaking. De Zwemschool Brugge Damme: inschrijven kan vanaf 25 juli.**



## Zwemschool Brugge Damme

Wil je leren zwemmen? Je conditie op peil brengen op een gezonde manier? Wil je af van je waterangst? Droomt je kind ervan om de nieuwe Pieter Timmers worden? Ambieer je een carrière in waterballet, als waterpolospe(e)l(st)er of heb je het goede voornemen opgevat om eindelijk crawl te leren?

Voor deze en tal van andere redenen kan je vanaf 13 september terecht bij de Zwemschool Brugge Damme, een initiatief van de Brugse Zwemkring, in samenwerking met de Vlaamse Zwemfederatie.

In de zwembaden Jan Guillini, Interbad en KTA Brugge starten vanaf 13 september lessenreeksen watergewenning, leren zwemmen en vervolmaking. Er is een aanbod uitgewerkt voor alle leeftijden en niveaus met ook specifieke aandacht voor bijzondere doelgroepen en kansengroepen.

De Vlaamse Zwemfederatie is specialist inzake leren zwemmen en zwemsporten en helpt jou en/of je kind om met volle teugen te leren genieten van het water. We doen dat efficiënt, met aandacht voor leren op maat maar ook voor waterplezier, en we zorgen er ook voor dat elk kind in een groep terecht komt die aangepast is aan zijn of haar leeftijd en noden. De groepjes variëren van 2 tot 8 personen, zodat eenieder voldoende persoonlijke aandacht krijgt.

Onze lesgevers zijn goed opgeleid en worden extra begeleid. Heb je zin om deel uit te maken van ons team en ben je gediplomeerde LO, kine, of initiator, instructeur, trainer A of trainer B zwemmen, meld je dan zeker ook aan. Wij zoeken immers nog enkele lesgevers.

Zwemmen is ook een erg democratische bezigheid en dat zie je ook aan onze tarieven. Wij aanvaarden ook sport AXI-bonnen en uiteraard hebben al onze deelnemers recht op de tegemoetkoming vanuit het ziekenfonds in het kader van de gezondheidszorg.

U kan uw kinderen, familieleden en uzelf inschrijven bij de nieuwe Zwemschool Brugge Damme vanaf **25 juli** via **[www.zwemschoolbruggedamme.be](http://www.zwemschoolbruggedamme.be)**

Zwemmen is een unieke sport die je je hele leven lang kan beoefenen. Je loopt amper kans op blessures of overbelasting en bijna al je spieren worden aan het werk gezet. Dat zorgt dan weer voor een mooi uitgebalanceerd lichaam. Uiteraard is zwemmen een skill die jouw leven en dat van je geliefden kan redden, maar daarnaast verbetert ze de levenskwaliteit op alle mogelijke vlakken, waardoor zwemmen wordt aangeraden bij tal van klachten rond lichamelijk en mentaal welzijn, bij burn-outs en depressies, even goed als bij revalidatie na een ongeval of een zware ziekte. Niet voor niets luidt het spreekwoord “voel je zo gezond als een vis in het water”.

---

Meer informatie:

Over de zwemschool: Cindy Dubois, [info@zwemschoolbruggedamme.be](mailto:info@zwemschoolbruggedamme.be)

Over de methodiek van leren zwemmen bij de Vlaamse Zwemfederatie:  
David De Wandel, [david.de.wandel@zwemfed.be](mailto:david.de.wandel@zwemfed.be), 0475 67 22 38.