

---

## ONLINE INSCHRIJVING

- Ten laatste op  
10/03 tot 20U
  - Betaling (€ 85) voor VZW  
Neptunus Aalst op  
BE64 2930 0275 4552  
(vermelding naam en  
voornaam + kuikenstage  
2019)
  - [www.neptunusaalst.be](http://www.neptunusaalst.be)
- 

## Kuikenstage 2019

maandag 08/04  
dinsdag 09/04

08u - 17u

Voor vragen of  
opmerkingen

Frederik Opsomer



0472/46 98 96



[paasstage@neptunus  
aalst.be](mailto:paasstage@neptunus<br/>aalst.be)

---

## KUIKENSTAGE 2019

Omdat  
zwemmen  
veel meer is  
dan baantjes  
trekken

---

KZNA organiseert dit jaar voor de 14de keer een "kuikenstage". Tijdens deze stage willen we, met onze vaste en ervaren lesgevers de allerjongste zwemmertjes ook de kans geven om via waterplezier hun zwemtechniek bij te schaven. Ook ontspanning en lenigheid komen aan bod. We laten de zwemmertjes ook kennismaken met onder andere waterpolo, waterballet en reddend zwemmen. Zowel voor leden als niet-leden.

Ben je tussen 5 en 9 jaar oud?

**DAN WORDT DIT JOUW  
VAKANTIEPLEZIER!**

## Zwemclub Neptunus Aalst

een dynamische sportclub sinds 1928 met eigen lesgevers

- zwemschool
- stijlverbetering
- competitiezwemmen
- conditiezwemmen
- waterpolo
- waterballet (synchro)
- openwater zwemmen
- ijsberen
- reddend zwemmen
- familiezwemmen
- zwemvervolmaking
- triatlon

De stage duurt twee volledige dagen. Tussen de verschillende oefensessies zijn er 2 pauzes. In de voormiddag een pauze met een koffiekoek en een drankje. 's Middags krijgen alle zwemmertjes een broodje en een drankje. De stage zit boordevol zwemmen, spelletjes en andere watersporten die worden gegeven door door een team van ervaren lesgevers.

Elk jaar kiest dit team de mooiste tekening van de kuiken- en paasstage die op de T-shirt van de volgende stages zal komen. Hoe meer tekeningen wij binnen krijgen, hoe liever!

