

**LES METHODE**

Binnen de Helmondse Zwemvereniging Lutra bestaat ook de gelegenheid om het zwemmen te leren voor mensen met een verstandelijke handicap.

Ons streven binnen Lutra was erop gericht om deze mensen te integreren binnen de bestaande groepen, maar de praktijk heeft uitgewezen dat dit niet realiseerbaar was. Om deze mensen toch in de gelegenheid te stellen het zwemmen meester te worden en te genieten van de zwemsport hebben we nu binnen Lutra een aantal groepen voor verstandelijk gehandicapten.

Groep <b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voor wie: Kinderen van 4 tot 16 jaar.</li> <li>• Wanneer: Zaterdagochtend van 09.00 uur tot 09.30 uur.</li> <li>• Waar: Doelgroepenbad.</li> <li>• Doel: Het aanleren en verbeteren van de zwemslagen en de zwemmers eventueel op laten gaan voor een officieel diploma.</li> <li>• Begeleiding: 2 tot 3 instructeurs geven gericht les vanaf de kant.</li> </ul>
Groep <b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voor wie: Kinderen van 4 tot 16 jaar.</li> <li>• Wanneer: Zaterdagochtend van 09.30 uur tot 10.00 uur.</li> <li>• Waar: Doelgroepenbad.</li> <li>• Doel: Het waterrij maken en aanleren van de basiszwemslagen.</li> <li>• Begeleiding: Per 1 à 2 kinderen staat 1 instructeur in het water.</li> </ul>
Groep <b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voor wie: Volwassenen vanaf 16 jaar.</li> <li>• Wanneer: Woensdagavond van 20.00 uur tot 20.30 uur.</li> <li>• Waar: Doelgroepenbad.</li> <li>• Doel: Plezier hebben in het voortbewegen in het water, waar zo nodig eenvoudige zwemslagen aangeleerd worden.</li> <li>• Begeleiding: De zwemmers worden vaak individueel begeleid in het water.</li> </ul>
Groep <b>4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voor wie: Volwassenen vanaf 16 jaar.</li> <li>• Wanneer: Woensdagavond van 20.30 uur tot 21.10 uur.</li> <li>• Waar: Wedstrijdbad.</li> <li>• Doel: Het aanleren en verbeteren van de zwemslagen en de zwemmers eventueel op laten gaan voor een officieel diploma.</li> <li>• Begeleiding: 2 tot 3 instructeurs geven gericht les vanaf de kant.</li> </ul>