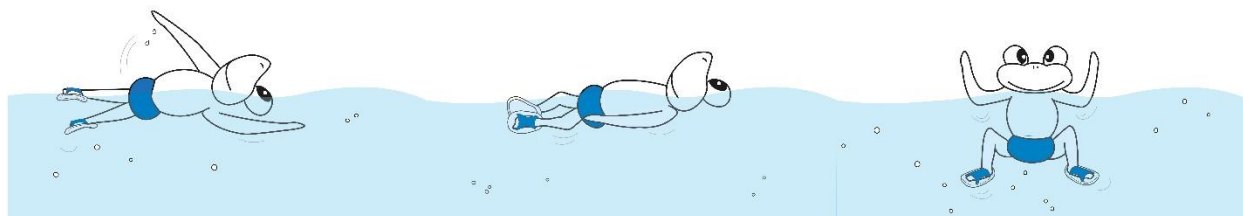
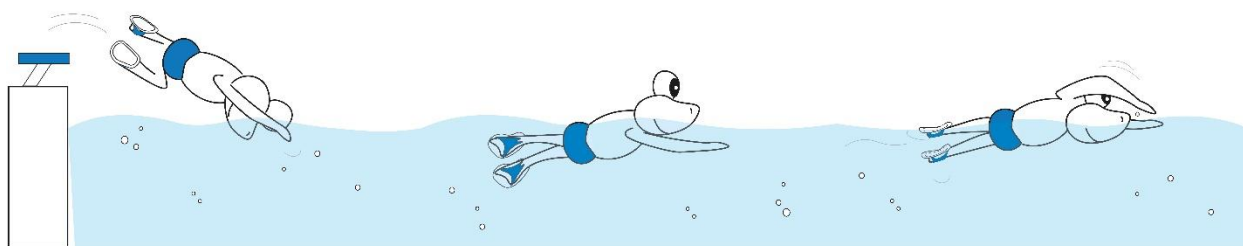
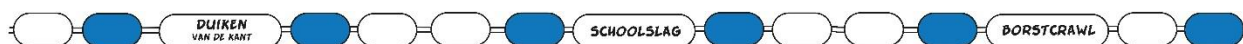


Gebruikshandleiding MyFrog Multifin

Zwemmen is een noodzakelijke vaardigheid voor kinderen om controle te krijgen over het water. De MyFrog Multifin zorgt voor een vergroot stuwoppervlak waardoor kinderen deze controle eerder en beter ervaren. Dit biedt rust, zelfvertrouwen en plezier welke essentieel zijn voor het aanleren, uitbouwen en verfijnen van de zwemvaardigheden.

MyFrog Multifin is geschikt voor alle zwemslagen



MyFrog Multifin tijdens de zwemles:

- Toepasbaar binnen elke oefenvorm, zonder dat de lesstof hierop aangepast hoeft te worden.
- Inzetten vanaf het moment dat techniek omgezet moet worden naar voortstuwing.
- Inzetten om afstanden uit te bouwen zonder drijfmiddelen.
- Te gebruiken om net even een zetje in de rug te geven; succesbeleving te vergroten!
- **Aanbeveling:** Gebruik de MyFrog Multifin de eerste 15 a 30 minuten van je zwemles; herhaal daarna alle voorafgaande oefenvormen nogmaals.

Aandachtspunten:

- Het gebruik kán in het begin tijdens stuw- en contrafase van rug- en schoolslag wat onwennig zijn. Geef het kind de tijd en de aanvullende instructies om te zoeken naar stuwing versus een weerstand loze contrafase.
- Benadruk tijdens de stuwfase van rug- en schoolslag dat het kind krachtig afzet en de enkels actief strekt; "Springen als een kikker".
- Bij de crawslagen moet het kind de beentechniek technisch goed uitvoeren om het gewenste effect te krijgen; meer snelheid te ontwikkelen.

Let op: Neopreen versus rubberen wreefdeel:

De MyFrog is er in twee verschillende uitvoeringen. De rubberen is zeer slijtvast en kinderen kunnen hier zonder enige problemen mee lopen over de kant; **altijd rustig lopen!** De neopreen dient uitsluitend in het water te worden gebruikt in verband met slijtagegevoeligheid.

Aantrekken:

- Maak zowel de voeten als de MyFrog Multifin nat
- Géén verschil links & rechts
- One-size-fits-all (26-34)

