

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 203630

Ort: Schulhaus Kirschgarten, Hallenbad Bahn 3
Adresse:
Hermann Kinkelin-Strasse 12
4051 Basel

Lerninhalt: **Schwimmtest 3**

Testinhalte:

25 m Delfinbewegung mit Armzug

50 m Rücken einarmig.

25 m Brust-Koordination Arme – Beine – Beine

25 m Scheibenwischer-Crawl

100 m Lagen Technik (25 m Delfinwelle + 25 m Rücken-Rotation + 25 m Brust-Koordination + 25 m Superman-Crawl)

Rückenstartsprung mit Delfinbeinschlag und -Wende (einfach)

Trainer: Elena Hugenschmidt und Dhanu Huck und Sandra Porfirio

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 327.50 CHF

detaillierte Lektionen: 15

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	15.08.2020	10:30 - 11:15
	22.08.2020	10:30 - 11:15
	29.08.2020	10:30 - 11:15
	05.09.2020	10:30 - 11:15
	12.09.2020	10:30 - 11:15
	19.09.2020	10:30 - 11:15
	17.10.2020	10:30 - 11:15

24.10.2020	10:30 - 11:15
31.10.2020	10:30 - 11:15
07.11.2020	10:30 - 11:15
14.11.2020	10:30 - 11:15
21.11.2020	10:30 - 11:15
28.11.2020	10:30 - 11:15
05.12.2020	10:30 - 11:15
12.12.2020	10:30 - 11:15
