

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 191634

Ort:	Schulhaus Rittergasse, Bahn 3
Adresse:	Rittergasse 5
	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:	Mathieu Hersperger und Anne Hersperger
----------	--

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten:	349.00 CHF
---------	------------

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	12.01.2019	11:15 - 12:00
	19.01.2019	11:15 - 12:00
	26.01.2019	11:15 - 12:00
	02.02.2019	11:15 - 12:00
	09.02.2019	11:15 - 12:00
	16.02.2019	11:15 - 12:00
	23.02.2019	11:15 - 12:00

23.03.2019	11:15 - 12:00
30.03.2019	11:15 - 12:00
06.04.2019	11:15 - 12:00
04.05.2019	11:15 - 12:00
11.05.2019	11:15 - 12:00
18.05.2019	11:15 - 12:00
25.05.2019	11:15 - 12:00
15.06.2019	11:15 - 12:00
22.06.2019	11:15 - 12:00
