

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 211507

Ort: Rialto, Sportbecken Bahn 5
Adresse:
Birsigstrasse 45
4054 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: Lara Flückiger und Mathieu Hersperger

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 306.00 CHF

detaillierte Lektionen: 14

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	08.03.2021	16:45 - 17:30
	15.03.2021	16:45 - 17:30
	22.03.2021	16:45 - 17:30
	12.04.2021	16:45 - 17:30
	19.04.2021	16:45 - 17:30
	26.04.2021	16:45 - 17:30
	03.05.2021	16:45 - 17:30

10.05.2021	16:45 - 17:30
17.05.2021	16:45 - 17:30
31.05.2021	16:45 - 17:30
07.06.2021	16:45 - 17:30
14.06.2021	16:45 - 17:30
21.06.2021	16:45 - 17:30
28.06.2021	16:45 - 17:30
