

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 231671

Ort:	Schulhaus St. Johann, Bahn 1
Adresse:	St. Johannis-Ring 17
	4056 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:	Aurelia Häusler und Nadine Ziltener und David Djurdjevic
----------	--

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten:	370.50 CHF
---------	------------

detaillierte Lektionen: 17

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	14.01.2023	09:45 - 10:30
	21.01.2023	09:45 - 10:30
	28.01.2023	09:45 - 10:30
	04.02.2023	09:45 - 10:30
	11.02.2023	09:45 - 10:30
	11.03.2023	09:45 - 10:30
	18.03.2023	09:45 - 10:30

25.03.2023	09:45 - 10:30
22.04.2023	09:45 - 10:30
29.04.2023	09:45 - 10:30
06.05.2023	09:45 - 10:30
13.05.2023	09:45 - 10:30
20.05.2023	09:45 - 10:30
03.06.2023	09:45 - 10:30
10.06.2023	09:45 - 10:30
17.06.2023	09:45 - 10:30
24.06.2023	09:45 - 10:30
