

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI | DELFIN

Kursnummer: 191522

Ort:	Rialto, Sportbecken Bahn 4
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:	Tanja Robles und Elena Hugenschmidt
----------	-------------------------------------

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten:	435.00 CHF
---------	------------

detaillierte Lektionen: 20

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	07.01.2019	18:15 - 19:00
	14.01.2019	18:15 - 19:00
	21.01.2019	18:15 - 19:00
	28.01.2019	18:15 - 19:00
	04.02.2019	18:15 - 19:00
	11.02.2019	18:15 - 19:00
	18.02.2019	18:15 - 19:00

25.02.2019	18:15 - 19:00
18.03.2019	18:15 - 19:00
25.03.2019	18:15 - 19:00
01.04.2019	18:15 - 19:00
08.04.2019	18:15 - 19:00
29.04.2019	18:15 - 19:00
06.05.2019	18:15 - 19:00
13.05.2019	18:15 - 19:00
20.05.2019	18:15 - 19:00
27.05.2019	18:15 - 19:00
03.06.2019	18:15 - 19:00
17.06.2019	18:15 - 19:00
24.06.2019	18:15 - 19:00
