

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HECHT | HAI

Kursnummer: 213620

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: Elena Hugenschmidt und Sara Slimane

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 349.00 CHF

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	21.08.2021	10:30 - 11:15
	28.08.2021	10:30 - 11:15
	04.09.2021	10:30 - 11:15
	11.09.2021	10:30 - 11:15
	18.09.2021	10:30 - 11:15
	25.09.2021	10:30 - 11:15
	02.10.2021	10:30 - 11:15

23.10.2021	10:30 - 11:15
30.10.2021	10:30 - 11:15
06.11.2021	10:30 - 11:15
13.11.2021	10:30 - 11:15
20.11.2021	10:30 - 11:15
27.11.2021	10:30 - 11:15
04.12.2021	10:30 - 11:15
11.12.2021	10:30 - 11:15
18.12.2021	10:30 - 11:15
