

## BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

---

### HAI | DELFIN

Kursnummer: 221619

---

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 Gina Vigorito und Céline Fille und David Djurdjevic und Julian Fischer

---

Kursniveau:

---

Bemerkung:

---

Kosten: 456.50 CHF

---

detaillierte Lektionen: 21

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	08.01.2022	10:30 - 11:15
	15.01.2022	10:30 - 11:15
	22.01.2022	10:30 - 11:15
	29.01.2022	10:30 - 11:15
	05.02.2022	10:30 - 11:15
	12.02.2022	10:30 - 11:15

---

19.02.2022	10:30 - 11:15
26.02.2022	10:30 - 11:15
19.03.2022	10:30 - 11:15
26.03.2022	10:30 - 11:15
02.04.2022	10:30 - 11:15
09.04.2022	10:30 - 11:15
30.04.2022	10:30 - 11:15
07.05.2022	10:30 - 11:15
14.05.2022	10:30 - 11:15
21.05.2022	10:30 - 11:15
28.05.2022	10:30 - 11:15
11.06.2022	10:30 - 11:15
18.06.2022	10:30 - 11:15
25.06.2022	10:30 - 11:15
02.07.2022	10:30 - 11:15

---