

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 213624

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: Nils Habich und Aline Gschwend und Céline Fille und David Djurdjevic

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 349.00 CHF

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	21.08.2021	11:15 - 12:00
	28.08.2021	11:15 - 12:00
	04.09.2021	11:15 - 12:00
	11.09.2021	11:15 - 12:00
	18.09.2021	11:15 - 12:00
	25.09.2021	11:15 - 12:00

02.10.2021	11:15 - 12:00
23.10.2021	11:15 - 12:00
30.10.2021	11:15 - 12:00
06.11.2021	11:15 - 12:00
13.11.2021	11:15 - 12:00
20.11.2021	11:15 - 12:00
27.11.2021	11:15 - 12:00
04.12.2021	11:15 - 12:00
11.12.2021	11:15 - 12:00
18.12.2021	11:15 - 12:00
