

## BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

---

### HAI

Kursnummer: 231677

---

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

---