

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HECHT | HAI

Kursnummer: 213542

Ort: Schulhaus WBS St. Alban, Bahn 3
Adresse:
Engelgasse 40
4052 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: Cedric Lochmann und Gina Vigorito

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 349.00 CHF

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	16.08.2021	16:30 - 17:15
	23.08.2021	16:30 - 17:15
	30.08.2021	16:30 - 17:15
	06.09.2021	16:30 - 17:15
	13.09.2021	16:30 - 17:15
	20.09.2021	16:30 - 17:15
	27.09.2021	16:30 - 17:15

18.10.2021	16:30 - 17:15
25.10.2021	16:30 - 17:15
01.11.2021	16:30 - 17:15
08.11.2021	16:30 - 17:15
15.11.2021	16:30 - 17:15
22.11.2021	16:30 - 17:15
29.11.2021	16:30 - 17:15
06.12.2021	16:30 - 17:15
13.12.2021	16:30 - 17:15
