

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 193612

Ort: Schulhaus Rittergasse, Bahn 2
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: Sara Slimane und Sofia Magallón Terrazas

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 327.50 CHF

detaillierte Lektionen: 15

| Termine: | Datum | Uhrzeiten |
|----------|------------|---------------|
| | 17.08.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 24.08.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 31.08.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 07.09.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 14.09.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 21.09.2019 | 11:15 - 12:00 |
| | 19.10.2019 | 11:15 - 12:00 |

| | |
|------------|---------------|
| 26.10.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 02.11.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 09.11.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 16.11.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 23.11.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 30.11.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 07.12.2019 | 11:15 - 12:00 |
| 14.12.2019 | 11:15 - 12:00 |
