

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI

Kursnummer: 241519

Ort: Schulhaus Kirschgarten, Hallenbad Bahn 3
Adresse:
Hermann Kinkelin-Strasse 12
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: Nadine Ziltener und Aurelia Eugster

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 465.00 CHF

detaillierte Lektionen: 20

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	08.01.2024	18:15 - 19:00
	15.01.2024	18:15 - 19:00
	22.01.2024	18:15 - 19:00
	29.01.2024	18:15 - 19:00
	05.02.2024	18:15 - 19:00
	26.02.2024	18:15 - 19:00
	04.03.2024	18:15 - 19:00

11.03.2024	18:15 - 19:00
18.03.2024	18:15 - 19:00
08.04.2024	18:15 - 19:00
15.04.2024	18:15 - 19:00
22.04.2024	18:15 - 19:00
29.04.2024	18:15 - 19:00
06.05.2024	18:15 - 19:00
13.05.2024	18:15 - 19:00
27.05.2024	18:15 - 19:00
03.06.2024	18:15 - 19:00
10.06.2024	18:15 - 19:00
17.06.2024	18:15 - 19:00
24.06.2024	18:15 - 19:00
