

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HAI/ DELFIN

Kursnummer: 251600

Ort: Schulhaus Bläsi, Bahn 1
Adresse:
Müllheimerstrasse 94
4057 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: Fabian Hafner

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 419.00 CHF

detaillierte Lektionen: 18

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	11.01.2025	10:00 - 10:45
	18.01.2025	10:00 - 10:45
	25.01.2025	10:00 - 10:45
	01.02.2025	10:00 - 10:45
	08.02.2025	10:00 - 10:45
	15.02.2025	10:00 - 10:45
	22.02.2025	10:00 - 10:45

01.03.2025	10:00 - 10:45
22.03.2025	10:00 - 10:45
29.03.2025	10:00 - 10:45
05.04.2025	10:00 - 10:45
12.04.2025	10:00 - 10:45
03.05.2025	10:00 - 10:45
10.05.2025	10:00 - 10:45
17.05.2025	10:00 - 10:45
24.05.2025	10:00 - 10:45
14.06.2025	10:00 - 10:45
21.06.2025	10:00 - 10:45
