

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

HECHT | HAI

Kursnummer: 241686

Ort: Schulhaus St. Johann, Bahn 2
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: Peppa Schwerdtner und Tonka Saphina Schwerdtner

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 396.00 CHF

detaillierte Lektionen: 17

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	14.01.2024	11:15 - 12:00
	21.01.2024	11:15 - 12:00
	28.01.2024	11:15 - 12:00
	04.02.2024	11:15 - 12:00
	03.03.2024	11:15 - 12:00
	10.03.2024	11:15 - 12:00
	17.03.2024	11:15 - 12:00

14.04.2024	11:15 - 12:00
21.04.2024	11:15 - 12:00
28.04.2024	11:15 - 12:00
05.05.2024	11:15 - 12:00
12.05.2024	11:15 - 12:00
26.05.2024	11:15 - 12:00
02.06.2024	11:15 - 12:00
09.06.2024	11:15 - 12:00
16.06.2024	11:15 - 12:00
23.06.2024	11:15 - 12:00
