

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

SHARK / DOLPHIN

Kursnummer: 243674

Ort: Schulhaus St. Johann, Bahn 2
Adresse:
St. Johannis-Ring 17
4056 Basel

Lerninhalt: **Swimtest 3**

Test contents:

- 25 m Dolphin with arm movement
- 50 m Backstroke one-armed
- 25 m Breaststroke coordination, arm - leg - leg
- 25 m Windscreen wiper crawl
- 100 m Swimming (25 m Dolphin + 25 m Backstroke rotation + 25 m Breast-Coordination + 25 m Superman-Crawl)
- Backstroke racing dive and turn with dolphin kick (simple)

Trainer: Shannon Jakob

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 373.00 CHF

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	17.08.2024	10:30 - 11:15
	24.08.2024	10:30 - 11:15
	31.08.2024	10:30 - 11:15
	07.09.2024	10:30 - 11:15
	14.09.2024	10:30 - 11:15
	21.09.2024	10:30 - 11:15
	28.09.2024	10:30 - 11:15
	19.10.2024	10:30 - 11:15
	26.10.2024	10:30 - 11:15
	02.11.2024	10:30 - 11:15

09.11.2024	10:30 - 11:15
16.11.2024	10:30 - 11:15
23.11.2024	10:30 - 11:15
30.11.2024	10:30 - 11:15
07.12.2024	10:30 - 11:15
14.12.2024	10:30 - 11:15
