

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

SHARK

Kursnummer: 233618

Ort: Schulhaus Rittergasse, Bahn 2
Adresse:
Rittergasse 5
4051 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: Cedric Lochmann und Robert Jobst

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 349.00 CHF

detaillierte Lektionen: 16

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	19.08.2023	10:30 - 11:15
	26.08.2023	10:30 - 11:15
	02.09.2023	10:30 - 11:15
	09.09.2023	10:30 - 11:15
	16.09.2023	10:30 - 11:15
	23.09.2023	10:30 - 11:15
	30.09.2023	10:30 - 11:15
	21.10.2023	10:30 - 11:15
	28.10.2023	10:30 - 11:15
	04.11.2023	10:30 - 11:15

11.11.2023	10:30 - 11:15
18.11.2023	10:30 - 11:15
25.11.2023	10:30 - 11:15
02.12.2023	10:30 - 11:15
09.12.2023	10:30 - 11:15
16.12.2023	10:30 - 11:15
