



Zwischenbericht

Schwimmsportlehrer:					
Kurstag:					
Zeit:					
Name des Kindes:					
	 Basic Level 4	Dies kann Ihr Kind ausführen			
			10m Rücken	Kopf in der Verlängerung der Wirbelsäule	
				Hüfte nah an der Wasseroberfläche	
				gestreckte Arme	
	kontinuierliches Drehen der Arme				
3 Zyklen Kraul	Kopf in der Verlängerung der Wirbelsäule				
	Hüfte nah an der Wasseroberfläche				
	aktives Ausatmen				
	kontinuierliches Drehen der Arme				
Rolle vorwärts	kompakte Hocke				
	Rollbewegung unter Wasser				

Notizen:

Zwischenbericht

Schwimmsportlehrer:					
Kurstag:					
Zeit:					
Name des Kindes:					
	 Basic Level 4	Dies kann Ihr Kind ausführen			
			10m Rücken	Kopf in der Verlängerung der Wirbelsäule	
				Hüfte nah an der Wasseroberfläche	
				gestreckte Arme	
	kontinuierliches Drehen der Arme				
3 Zyklen Kraul	Kopf in der Verlängerung der Wirbelsäule				
	Hüfte nah an der Wasseroberfläche				
	aktives Ausatmen				
	kontinuierliches Drehen der Arme				
Rolle vorwärts	kompakte Hocke				
	Rollbewegung unter Wasser				

Notizen:

