



Level 10

1 15 m Delfin

Die Kinder können Delfin mit korrekter Arm-Bein-Koordination schwimmen. Dabei ist es wichtig, dass keine Pause vor der Rückholphase entsteht.

2 25 m Brust

Die Kinder können mit korrekter Koordination effizient Brust schwimmen.

3 50 m Rücken mit Start und Rollwende

Die Kinder können Rücken schwimmen. Der Start erfolgt mit Abstoss in Rückenlage im Wasser. Nach jeder Länge wird eine Rollwende ausgeführt.

4 50 m Kraul mit Startsprung und Rollwende

Die Kinder können Kraul mit Dreier-Zug schwimmen. Zu Beginn erfolgt ein Startsprung. Nach jeder Länge wird eine Rollwende ausgeführt.

