

# PUNKTEVERGABE - Grundausbildung Schwimmen



	Einzelpunkte	Bedingungen
<b>GLEITEN vorwärts</b>	1 2 3	Gleiten vw im Tief- oder Flachwasser <b>mit Brett</b> unter 5m im Tiefwasser <b>ohne Brett</b> mind. 5m im Tiefwasser <b>ohne Brett</b>
<b>SPRINGEN</b>	1 2 3	Sprung in das Tiefwasser vom Startblock <b>mit Stange</b> Sprung in das Tiefwasser vom Startblock <b>an die Stange</b> Sprung in das Tiefwasser vom Startblock <b>ohne Stange</b>
<b>ATMUNG</b>	3	vollständiges Ausatmen unter Wasser
<b>GLEITEN rückwärts</b>	1 2 3	Gleiten rw im Tief- oder Flachwasser <b>mit Brett</b> unter 5m im Flach- oder Tiefwasser <b>ohne Brett</b> mind. 5m im Flach- oder Tiefwasser <b>ohne Brett</b>
<b>TAUCHEN im Flachwasser</b>	1 2 3	Tauchen unter <b>einer</b> Sprosse Tauchen unter <b>zwei</b> Sprossen Tauchen unter <b>drei</b> Sprossen
<b>TAUCHEN nach einem Ring</b>	1	Tauchen nach einem Ring im Flachwasser
<b>FORT- BEWEGUNG</b>	1 2 3	mindestens 5m mindestens 13m mindestens 25m

Max. Punktzahl

19