

Die Lernziele im Kinderschwimmen

Abzeichen von Swimsports (siehe auch www.swimsports.ch)

Stufe 1	Krebs	Bauchpfeil, 3 Sek. schweben in Bauchlage mit dem Kopf im Wasser ohne Hilfsmittel	Stehtiefes Wasser
Stufe 2	Seepferd	Bauchpfeil mit Wechselbeinschlag, Seerose (auf dem Rücken liegen), ins Tiefwasser springen	Stehtiefes Wasser
Stufe 3	Frosch	5 Meter Seehundschwimmen (Rückenschwimmen mit anliegenden Armen), Hundeschwimmen	Tiefwasser
Stufe 4	Pinguin	Ab hier schwimmen wir ganze Längen, Grobform Rückenkräul, Tunneltauchen, Brustschwimmen mit Hilfsmitteln.	Tiefwasser
Stufe 5	Tintenfisch	Schraubenkräul (abwechselnd 4 x Bauch- und 4 x Rückenkräulen mit richtiger Rotation), Köpfler, Brustschwimmen mit Wechselbeinschlag	Tiefwasser
Stufe 6	Krokodil	Kräulen mit Seitenatmung, Brustbeinschläge	Tiefwasser
Stufe 7	Eisbär	Kräulen, Brustschwimmen, Rückenkräul	Tiefwasser
Stufe 8	Wal, Hecht, Hai, Delfin	Aufbau der technischen, koordinativen und konditionellen Fähigkeiten. In diesem Kurs schwimmen wir einmal einen Kilometer und belohnen die Kinder mit einem Diplom.	Tiefwasser