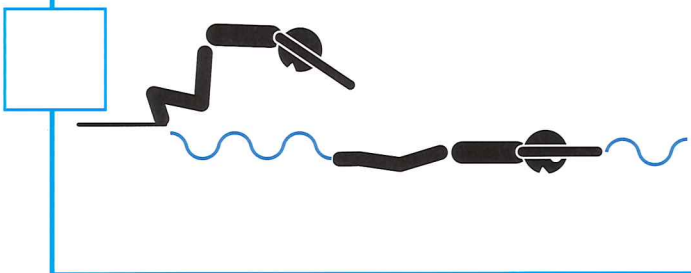




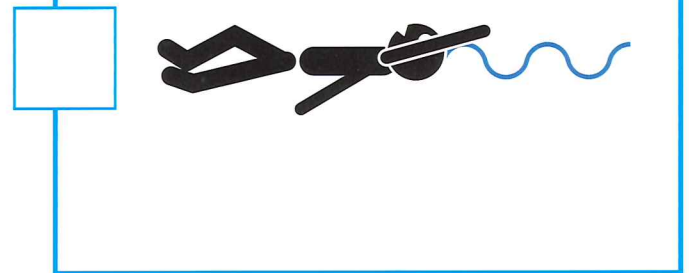
URKUNDE

hat am „Technik-Schwimmkurs“ teilgenommen und dabei folgende Schwimmfertigkeiten erreicht:

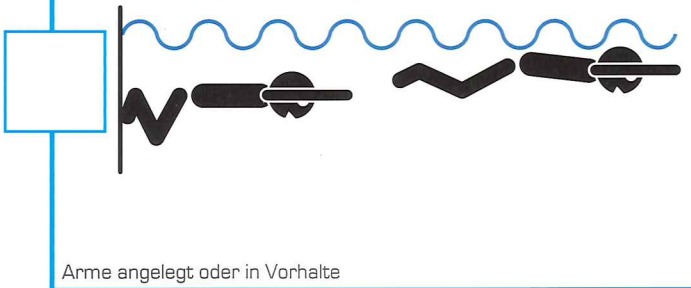
Kopfsprung vom Beckenrand und
5 Meter im „Bauchfeil“ gleiten



>10 Meter Rückenschwimmen



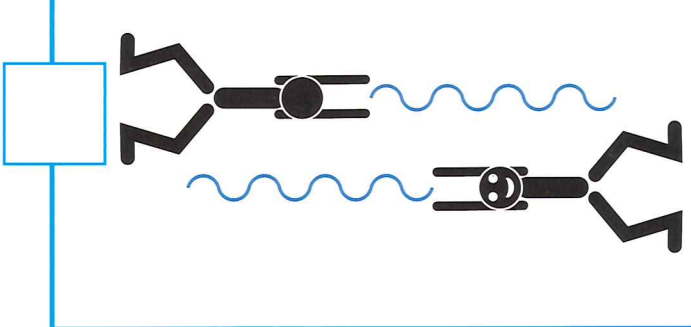
Abstoßen unter Wasser und
5 Meter „Delfinwellen“



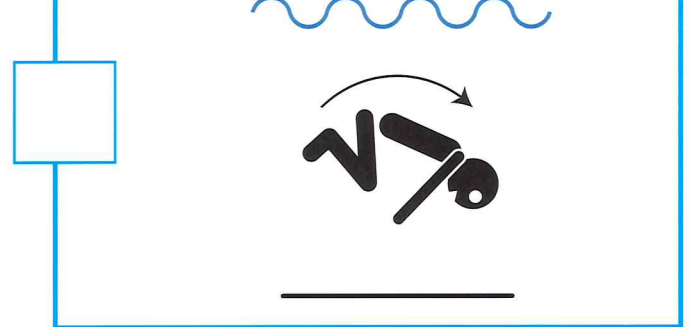
>10 Meter Kraulschwimmen mit regelmä-
ßiger Ein- und Ausatmung



Brustbeinschlag in Bauch- und Rückenlage



Purzelbaum



Herzlichen Glückwunsch!

Kursempfehlung zum Weiterüben: Wiederholung Technikkurs oder Vereinsgruppe „Einsteiger“