

# Urkunde



**SwimStar** Grün



In **Bauchlage** im bauchtiefen Wasser von der Beckenwand weg (mit Hechtschießen starten) und zur Beckenwand hin (mit Delfinschießen starten) gleiten



In **Rückenlage** im bauchtiefen Wasser von der Beckenwand weg (mit Hechtschießen starten) und zur Beckenwand hin (mit Delfinschießen starten) gleiten



Aus dem Stand vom Beckenrand **Fußsprung** ins brusttiefe Wasser



Kopf unter Wasser und große **Blasen** „blubbern“



Im bauchtiefen Wasser hochspringen und sich auf den **Beckenboden hocken**



Name

**SV Nikar Heidelberg**

Tiergartenstraße 13/2  
69121 Heidelberg  
Telefon: 06221-47 10 10  
Email: schwimmkurse@sv-nikar.de



Schwimm-/Schule/Verein

Prüfer/Lizenz-Nummer

Datum/Ort

