







## Voraussetzungen für den jeweiligen Gruppeneintritt

Abzeichen nach swim.sports www.swim-sports.ch	Gruppe / Stufe	Kontrollübungen
	<p><b>Eltern-Kind (El-Ki)</b></p> 	<p>Wassergewöhnungskurs für 3 bis 4-jährige Kinder. Zusammen mit einer Begleitperson im Wasser.</p>
	<p><b>Krebs</b></p> 	<p>Mindestens 4-jährig. Sicheres Gehen im stehiefen Wasser ohne Hilfsmittel. Ablösung von Bezugsperson möglich. Versteht eine der folgenden Sprachen: sd, d, e, f, i, sp. Hat Freude im Wasser.</p>
	<p><b>Seepferd</b></p> 	<p>Taucht mind. 3 Sek. freiwillig und selbständig ohne Augen reiben und Nase zuhalten in stehiefem Wasser. Kann unter Wasser ausatmen. Springt vom Rand auf die Füße in stehiefes Wasser. Lässt sich auf dem Bauch und Rücken durchs Wasser ziehen mit gestreckten Armen. Wichtig: Kann das Flugzeug für mind. 3 Sek.</p>
	<p><b>Frosch</b></p> 	<p>Schwimmt mit wenig Hilfe auf Bauch und Rücken im stehiefen Wasser in gestreckter Körperhaltung. Wichtig: Kann einen Pfeil selbstständig mind. 4 m weit. Kann Flugzeug und Seerose mind. 5 Sek. im stehiefen Wasser. Springt vom Rand mit direktem abtauchen auf die Füße ins tiefe Wasser. Taucht selbständig nach Gegenständen mit offenen Augen.</p>

<p><b>Pinguin</b></p> 	<p>Schwimmt mit wenig Hilfe in Bauch- und Rückenlage im tiefen Wasser in gestreckter Körperhaltung. Gleitet ruhig im Wasser mit ausatmen ins Wasser. Schwimmt mind. 8 m im Tiefwasser „Hundeschwumm“ mit ausatmen ins Wasser. Kann selbstständig den Rückenfeil. Mind. 8 m Seehundschwimmen in Bauch- und Rückenlage. Flugzeug und Seerose mind. 5 Sek. im tiefen Wasser. Kann den Purzelbaum an Land und vom Land ins Wasser.</p>
<p><b>Tintenfisch</b></p> 	<p>Schwimmt mind. 15 m im Tiefwasser mit Gesicht im Wasser, offenen Augen, ausatmen ins Wasser, regelmässiges einatmen über Wasser. Schwimmt 20 m Rückencrawl mit korrektem Armzug. Schraubenschwimmen (Crawlbeinschlag im Wechsel von Bauch- auf Rückenlage in gestreckter Körperhaltung). Kann sich nach dem Sprung ins tiefe Wasser selbständig auf den Rücken drehen und schwimmt auf dem Rücken weiter. Schwimmt 15 m im Superman mit korrekter Seitenatmung. Kann eine Grobform des Kopfsprung ins tiefe Wasser.</p>
<p><b>Krokodil</b></p> 	<p>Schwimmt eine Grobform von Crawl und Rückencrawl im Wechsel. Schwimmt 25 m im Haifisch. 15 m Baumstammrollen mit gestreckten Armen und korrekter Atmung. Gleitet mit Kopfsprung bis zum Bassinboden (1.80 m). 5m Slalomtauchen.</p>
<p><b>Eisbär</b></p> 	<p>Schwimmt 25 m Crawl mit Seitenatmung. Schwimmt 25 m Rückencrawl. Kann den Scheibenwischer. Kann eine Grobform des Brustschwimmens mit korrektem Beinschlag.</p>

Level nach Swiss Aquatics <a href="http://www.swiss-aquatics.ch">www.swiss-aquatics.ch</a>	<b>"Learn to race " Level 6/7 nach Swiss Aquatics</b> 	Besitzt das Abzeichen Tintenfisch / Krokodil Alter: 5-8 Jahre Schwimmt 15 m eine Grobform von Crawl inkl. Seitenatmung. Schwimmt 15 m Rückencrawl. Kann den Köpfler vom Rand. Mag Wettrennen.
	<b>"Learn to race " Level 8/9 nach Swiss Aquatics</b> 	Besitzt das Abzeichen Eisbär oder hat den Kurs Level 6/7 absolviert. Alter: 7-10 Jahre Schwimmt 25 m Crawl. Schwimmt 25 m Rückencrawl inkl. Start. Schwimmt 15 m Delfinbewegungen ohne Armzug. Schwimmt 15 m Brustbeinschlag. Kann den Scheibenwischer. Kann den Startsprung.
	<b>Wasserspringen I / Basic ab ca. 7 Jahre</b>	Für Neuanmeldungen Voraussetzungen: gute Körperspannung und Mut Es werden drei Probetrainings in Rechnung gestellt. Der Kursleiter entscheidet anschliessend, ob das ganze Semester besucht werden kann
	<b>Wasserspringen II Advance</b>	bereits den Basic-Kurs besucht