



Wassermaus



...alles was ich für mein Bronze können muss!

Name:

Geburtstag:

Ich halte 1,2,3,...,7 Runden ohne Festhalten durch.

Ich habe einen sauberen Beinschlag.

Ich mache meine Übungen so gut ich kann.

Ich übe das kopfwärts tauchen und kann einen Ring aus dem Flachen hoch holen.

Ich kann ca. 1,5m mit dem Kopf voran tauchen und finde den Ring.

Ich tauche stets mit Augen auf und halte meine Nase nicht zu.

Ich traue mich vom Startblock zu springen.

Ich kann mit/ ohne Nudel vom 1m-Brett springen.

Ich schaffe es, mich vom Beckenrand kopfwärts ins Wasser fallen zu lassen.

Mein Kinn ist immer auf der Brust beim Startsprung.

Ich kann einen Startsprung aus der Hocke/ aus dem Stand.

Ich beherrsche die Baderegeln.

Kasperfeld(er):