



Wasserfloh



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

Name:

Geburtstag:

Ich kann mich alleine Umziehen.

Ich traue mich alleine ins Becken.

Ich kann alleine durchs Wasser laufen.

Spritzer im Gesicht machen mir nichts aus.

Ich kann auf dem Wasser liegen und gleiten.

Ich kann den Beinschlag am Beckenrand/ mit Brett/ mit Nudel.

Ich kann den Armzug im Stehen/ mit Nudel.

Ich kann Arm- und Beinzug für ein paar Züge zusammen/ mit Nudel.

Ich übe jetzt im Tiefen/ ohne Hilfsmittel.

Ich arbeite an der Ausdauer für die 25m .

Ich traue mich vom Beckenrand zu springen ohne die Nase zuzuhalten.

- im Flachen: mit/ ohne Festhalten
- Im Tiefen: mit/ ohne Festhalten

Ich kann das Gesicht aufs Wasser legen und blubbern ohne die Nase zuzuhalten.

Ich kann den Kopf unter Wasser nehmen (mit Augen auf) ohne die Nase zuzuhalten.

Kasperfeld(er):

--	--	--	--