PRÜFUNGSUNTERLAGE ALLROUNDSCHWIMMER

Die Prüfungsunterlage dient der prüfenden Person ausschließlich zum Eigengebrauch

Vor– und Zuname	Geburtsdatum	200 m (100 m Brust + 100 m Rücken	100 m in 2:30 min (beliebiger Stil)	10 m Streckentau-chen (mit Kopfsprung)	Ca. 2 m Tieftauchen - 2,5 kg heraufholen	25 m transportieren (ziehen)	Kenntnis der Selbstrettung	Kenntnis der 10 Baderegeln

ÖSTERREICHISCHES JUGENDROTKREUZ
STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.