

Evaluation Sheet

Formation Swiss Aquatics Kids



Moniteur:

Jour:

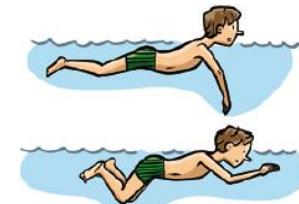
Heure:



Nom:

Basic	
15m Dauphin à un bras	
15m Brasse	
	Virage ouvert

check-list



15m dauphin à un bras	2 battements de jambes pour 1 traction de bras
	mouvement de jambes symétrique
	expiration active
	mouvement continu des bras
15m brasse	coordination
	brève phase de glisse à la fin de chaque cycle
	mouvement de jambes efficace
Virage ouvert	toucher le mur simultanément des deux mains
	mouvement fluide

Notes:

Vous trouvez plus d'informations sur la formation Kids ainsi qu'une description détaillée des formes cibles et des étapes d'apprentissage dans le Teachers Guide et les Visual Guides.
education@swiss-aquatics.ch