

Beurteilungskriterien Crawl

Name:.....

1. Beinschlag: Bewegung aus dem Hüftgelenk

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Armzug: Hand taucht vor dem Ellbogen ins Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Armzug: Gebeugter Ellbogen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Armzug: Hoher Ellbogen über Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Atmung: Ausatmen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Atmung: Seitwärtsdrehen des Kopfes

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

Beurteilungskriterien Crawl

Name:.....

1. Beinschlag: Bewegung aus dem Hüftgelenk

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Armzug: Hand taucht vor dem Ellbogen ins Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Armzug: Gebeugter Ellbogen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Armzug: Hoher Ellbogen über Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Atmung: Ausatmen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Atmung: Seitwärtsdrehen des Kopfes

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

Beurteilungskriterien R-Crawl

Name:.....

1. Beinschlag: Bewegung aus dem Hüftgelenk

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Armzug: Eintauchen mit der Kleinfingerseite voran

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Armzug: Gebeugter Ellbogen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Armzug: Mit der Hand nachdrücken

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Gestreckte lockere Arme über Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

6. Ganzkörperrollbewegung

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

Beurteilungskriterien R-Crawl

Name:.....

1. Beinschlag: Bewegung aus dem Hüftgelenk

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Armzug: Eintauchen mit der Kleinfingerseite voran

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Armzug: Gebeugter Ellbogen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Armzug: Mit der Hand nachdrücken

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Gestreckte lockere Arme über Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

6. Ganzkörperrollbewegung

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

Beurteilungskriterien Delphin

Name:.....

1. Ganzkörperwelle mit der dazugehörigen Kopfsteuerung

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Zwei Beinschläge pro Armzug

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Beinschlag Antrieb mit Schlagbewegung aus den Hüften

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Arm-Antrieb mit Aus- und Einwärtsbewegung und gebeugtem Ellbogen

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Ausatmen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

Beurteilungskriterien Delphin

Name:.....

1. Ganzkörperwelle mit der dazugehörigen Kopfsteuerung

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

2. Zwei Beinschläge pro Armzug

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

3. Beinschlag Antrieb mit Schlagbewegung aus den Hüften

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

4. Arm-Antrieb mit Aus- und Einwärtsbewegung und gebeugtem Ellbogen

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt

5. Ausatmen unter Wasser

sehr gut	gut	wenig ausgeprägt	fehlt