

# Buchtipp: Schwimmen lernen und verbessern

In diesem Buch werden Übungen zum Erlernen und Festigen für alle vier Schwimmmarten sowie zu den verschiedenen Start- und Wendeformen vorgestellt.

Das Hauptziel dieses Werkes ist es, Sportlehrkräften für den Schwimmunterricht einen weiteren Zugang zur Vermittlung von Schwimmtechniken zu geben.

Es enthält die Möglichkeit, sich ein Portfolio von zahlreichen Übungen zur Verbesserung von Schwimmtechniken zu erstellen. Relevante Teilbewegungen sind ausgiebig bebildert und zusätzlich beschrieben.

Alle Übungen kommen zudem mit wenigen Hilfsmitteln aus, so dass Schulen mit wenig Zugang zu geeignetem Material die Übungen gut umsetzen können.

Sabina Wolfensberger, Bibliothekarin, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen

**Buch ausleihen:** Clephas, Ch. und Steinigeweg, L. (2019): Schwimmen lernen und verbessern. Schorndorf: Hofmann



Quelle: Hofmann Verlag



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**