

# Schwimmen – Rücken: Übersicht Technik

Der zyklische Bewegungsablauf beim Rückenkraul wird in diesem Hilfsmittel dargestellt. Das Reihensbild stellt die einzelnen Phasen der Bewegung dar.

## Übersicht Technik Rücken

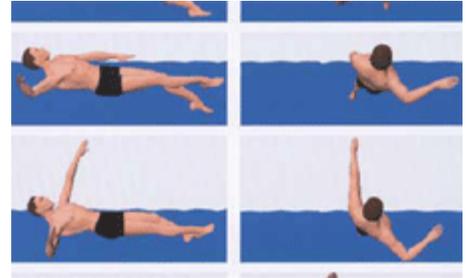


Bild: Ungerechts, 2009.

Quelle: Ungerechts, B., Volck, V., Freitag, W. (2009, 2. überarbeitete Auflage). Lehrplan Schwimmsport Bd 1: Technik. Schorndorf: Karl-Hofmann Verlag



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**