

Triathlon – Schwimmen: Blindschwimmen

Die Orientierungsfähigkeit ist im offenen Gewässer stark eingeschränkt. Diese Übung trainiert, was im Schwimmbad wegen den Linien oder Schwimmleinen kein grosses Problem darstellt.

Kannst du blind möglichst lange geradeaus schwimmen?



[Weitere Übungen zum Thema schwimmen in dieser Übersicht](#)

Source: mobilepraxis 65/2010 Philippe Martin, Michelle Hofmann-Gilgen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO