

Schwimmen – Kraul: Tauch-Kraul

Beim Kraulschwimmen unter Wasser werden die Bewegungsabläufe verlangsamt. Die Übung hilft somit den Schwimmern, sich die einzelnen Technikaspekte besser zu verinnerlichen.

Die Jugendlichen schwimmen die Schwimmart Kraul mit dem ganzen Körper unter Wasser.

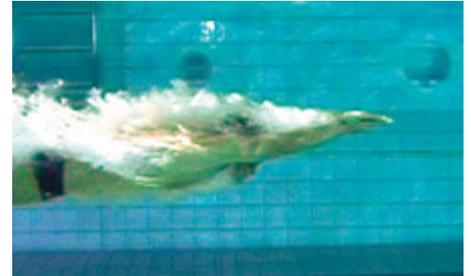


Bild: Bissig, 2008.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO