

## Schwimmen – Rücken: Zwillinge

Bei dieser Übung zu zweit lernen die Schüler auf ihren Partner einzugehen und das Tempo gegenseitig anzupassen.

Die Jugendlichen liegen nebeneinander, halten sich an den Händen und führen gemeinsam die Schwimmart Rücken aus.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**