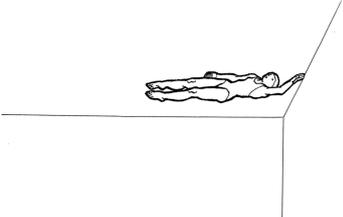
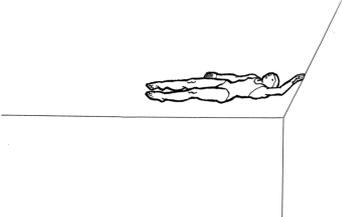


Beobachtungshilfen zur Ausführung der Rückenkippwende

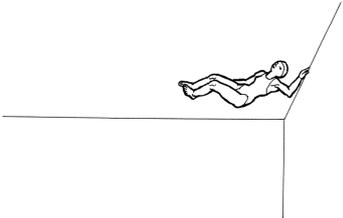
Rückenkippwende - Vorbereitung der Wende:

	<p>Der Anschlag erfolgt in Seitlage mit einer Hand :</p> <p>Der Handrücken sollte beim Anschlagen nach oben zeigen.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Vorbereitung der Wende:

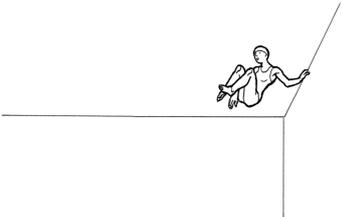
	<p>Der freie Arm bleibt zunächst an der Hüfte.</p> <p>Die freie Hand zeigt in die neue Schwimmrichtung.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Vorbereitung der Wende:

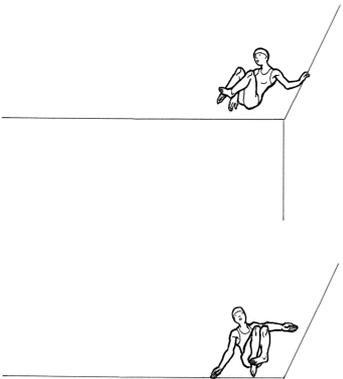
	<p>Der Anschlagarm wird gestaucht bzw. gebeugt.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Beobachtungshilfen zur Ausführung der Rückenkippwende

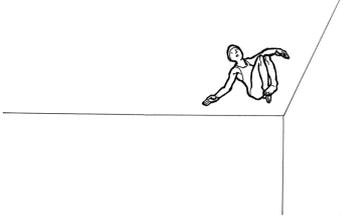
Rückenkippwende - Wende und Abtauchen:

	<p>Die angehockten Beine schwingen unter der Hüfte zur Wand.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Wende und Abtauchen:

	<p>Schnellkräftige Streckung des Anschlagarmes unterstützt die Kippe.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Wende und Abtauchen:

	<p>Der Körper kippt in Seitlage in die neue Richtung.</p> <p>Eine Hand unterstützt das Kippen und Abtauchen durch Druck der Handfläche nach oben.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		



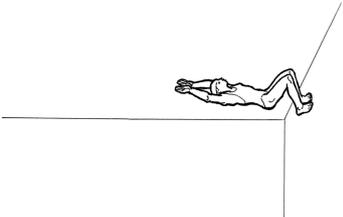
Beobachtungshilfen zur Ausführung der Rückenkippwende

Rückenkippwende - Wende und Abtauchen:

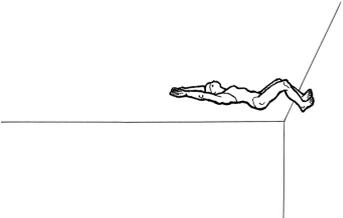
	Der Wendearm schwingt über Wasser nach vorne in die neue Schwimmrichtung.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

Beobachtungshilfen zur Ausführung der Rückenkippwende

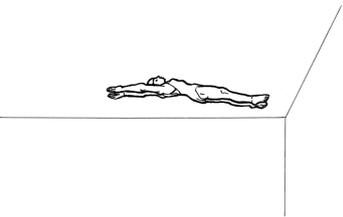
Rückenkippwende - Abstoß und Gleitphase:

	<p>Der Abstoß beginnt erst nach dem Abtauchen unter Wasser.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Abstoß und Gleitphase:

	<p>Der Abstoß beginnt in Rückenlage.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

Rückenkippwende - Abstoß und Gleitphase:

	<p>Dem Abstoß folgt die Gleitphase, dann beginnt der Beinschlag.</p>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		