

## Beobachtungshilfen zur Ausführung des Delfinschwimmens

### Delfin - Armzug:

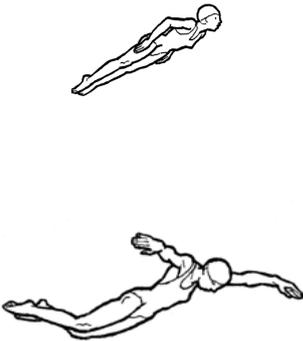
	Symmetrischer und regelgerechter Armzug.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

### Delfin - Armzug:

	Die Druckphase erfolgt bis zu den Oberschenkeln.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

## Beobachtungshilfen zur Ausführung des Delfinschwimmens

### Delfin - Armzug:

	Keine Pause zwischen Druckphase und Vorschwung.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

### Delfin - Beinbewegung:

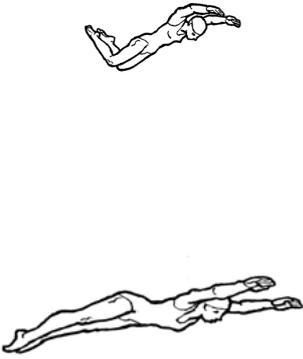
	Symmetrischer und regelgerechter Beinschlag.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

## Beobachtungshilfen zur Ausführung des Delfinschwimmens

### Delfin - Beinbewegung:

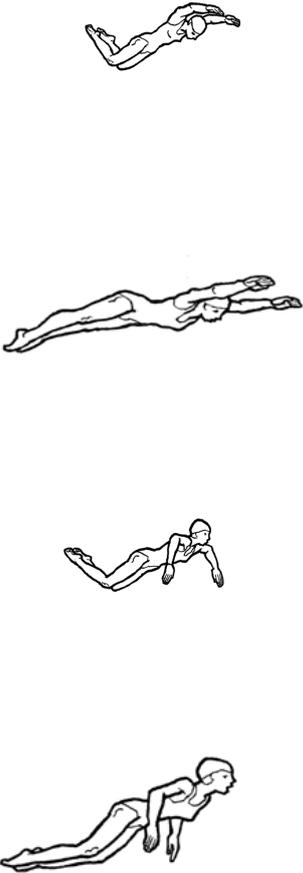
	<p>Zur Vorbereitung des Abwärtsschlages:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sinkt die Hüfte ab,</li> <li>- die Füße werden gestreckt,</li> <li>- die Kniegelenke werden deutlich gebeugt.</li> </ul>	<p>Ist das Merkmal zu erkennen?</p> <p><input type="radio"/> sehr gut</p> <p><input type="radio"/> überhaupt nicht</p> <p><input type="radio"/> verbesserungsfähig</p>
<p>Bemerkungen:</p>		

### Delfin - Beinbewegung:

	<p>Im Verlauf des Abwärtsschlages:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- werden die Kniegelenke deutlich gestreckt,</li> <li>- wird die Hüfte nach oben gedrückt.</li> </ul>	<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 des Delfinschwimmens

### Delfin - Bewegungskoordination:

	<p>Auf einen Armzug kommen zwei Beinschläge:</p> <p>erster Kick</p> <p>und</p> <p>zweiter Kick</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>		



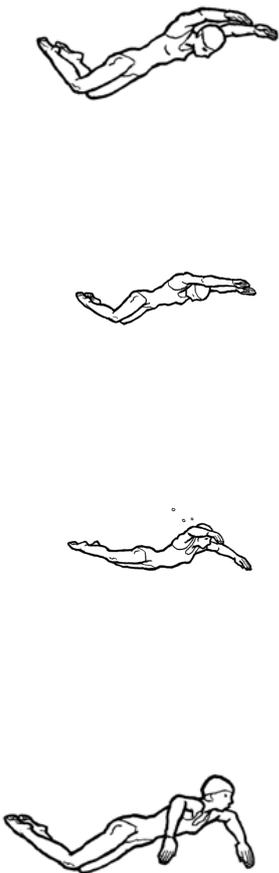
## Beobachtungshilfen zur Ausführung des Delfinschwimmens

### Delfin - Atembewegung:

	Das Gesicht wird zur Ausatmung zum Wasser geneigt.	Ist das Merkmal zu erkennen? <input type="radio"/> sehr gut <input type="radio"/> überhaupt nicht <input type="radio"/> verbesserungsfähig
Bemerkungen:		

## Beobachtungshilfen zur Ausführung des Delfinschwimmens

Die Körperlage beim Delfinschwimmen:

	<p>Die Ganzkörperwelle wird durch Vor- und Rückbeugeaktionen des Kopfes gesteuert.</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 des Delfinschwimmens

### Die Körperlage beim Delfinschwimmen:

	<p>Kopfvorbeugung steuert zum Eintauchen.</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>		

### Die Körperlage beim Delfinschwimmen:

	<p>Kopfrückbeugung steuert zum Auftauchen. Sie ermöglicht die Einatmung.</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>		