




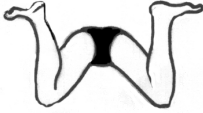
Beobachtungshilfen zur Ausführung des Brustbeinschlags


	<p>Gleiten mit gestreckter Bein- und Fußhaltung.</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>		

	<p>Die Fersen werden in Richtung Gesäß bewegt. Die Fersen sind noch relativ eng zusammen.</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>		

	<p>Jetzt werden die Knie etwas über Hüftbreite bis etwa Schulterbreite geöffnet. Die Füße sind noch relativ eng zusammen.</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 Brustbeinschlags

	<p>Die Füße und Unterschenkel drehen und schwingen nach außen, die Zehen werden zu den Schienbeinen hin gebeugt.</p> <p>Das ist die Ausgangsposition für den bogenförmigen Schub der Beine nach hinten.</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>		

	<p>Abdruck vom Widerlager Wasser durch schwingvolles und bogenförmiges Kreisen der Beine und Füße nach hinten bis zur vollkommenen Schließung und Streckung.</p> <p>Jetzt schließt sich eine kurze Gleitphase an.</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>		