



KIKKER SERIE

Doel / intentie:

Deze brevetten zijn mogelijke toetsmomenten in de opleidingsweg naar het ENVOZ A diploma.

Bijzonderheden:

1. De beoordelingscommissie bestaat uit de lesgevende zwemonderwijzer(es).
2. Keuzeslagen :enkelvoudige rugslag of rugcrawl, borstcrawl en schoolslag.
3. De techniek van de genoemde slagen is een vast gegeven en wordt omschreven in de technische toelichting op de site van ENVOZ. Enige tolerantie van de technieken is bij deze brevetten toegestaan. De uitvoeringswijze van de techniek wordt in de beoordeling betrokken. Bij de beoordeling van de uitvoeringswijze moet rekening worden gehouden met de bewegingsmogelijkheden van de kandidaat.

Kikker Zilver richtlijnen en vaardigheden:

De vaardigheden voert de kandidaat uit in voor hem/haar borstdiep water.

1. Zet af van de kant en zwem 7 meter op de rug (rugcrawl beenslag)
2. Pak een voorwerp van de bodem op met twee handen. Hierbij moet de kandidaat geheel onder water gaan
3. Zet af van de kant en drijf op de buik met het gezicht in het water. Verander tijdens het drijven van buik naar rug
4. Zwem zonder drijfmiddelen 10 meter op de rug (enkelvoudige rugslag)
5. Spring van de kant en zwem 10 meter op de buik (zwemslag naar keuze)
6. Zwem door een hoepel die net onder het wateroppervlak is geplaatst