

Ontdek alle vriendjes van FRED BREVET

Fase 1. Waterwennen



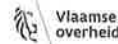
Fase 2. Leren overleven



Fase 3. Leren veilig zwemmen



Ontdek ook onze brevetten afstandswemmen
meer info: www.zwembrevetten.be



•Haai• Zwembadveilig 25m

(leren veilig zwemmen)



Wat kan ik:

- 1 Ik kan met een oppervlakte duik door een hoepel zwemmen
- 2 **Combinatietest:**
 - Inspringen in diep water
 - 12 meter voortbewegen in buiklig (met arm- en beenbeweging)
 - Draaien als een vuurtoren
 - 12 meter voortbewegen in ruglig (met arm- en beenbeweging)
 - Op de kant opduwen en uit het zwembad klimmen

De vaardigheden bij de combinatietest worden na elkaar uitgevoerd zonder stoppen.

Meer info? Kijk op www.zwembrevetten.be



Naam:

Voornaam:

Geboortedatum:

School - Club - Organisatie:

Afgelegd in het zwembad:

Datum:

Afgenomen door:

