		FR Fi1: 13.15 (30')						FR Fi2: 14.00 (40')								FR Fi3: 14.45 (40')								FR Fi4: 15.30 (40')								
			Valeria Häne (5/2014)						Marlon Kübler (06/2014)	Alice Lundell (08/2016)	Lynn Gschwind (2/2015)	Theo Irmiger (10/2014)	Flynn Abgottspon (7/2014)	Mike Wiederkehr (08/2016)	Leon Wiederkehr (08/2016)		Ella Nyfeler (11/2012)	Anela Stalder (7/2013)	James Schmidt (3/2013)	Arline Abgottspon (1/2013)	Joseph Bruno (04/2013)				Jennifer Niffeler (12/2014)	Adriana Rey (4/2013)	Federica Rey (4/2015)	Beryl Rey (10/2012)	Sophia Meier (1/2014)	Chiara Bretscher (8/2013)	Jaro Obrist (3/2014)	Eline Privat (09/2013)		
1	**KREBSLI**																															
	- Taucherli																															
	- Sprudelbad (Mund und/oder Nase)																															
	- Flugzeug*																															
	- Bauchpfeil (Start im Wasser)																															
	- Sprung ins Wasser*																															
2	**SEEPFERDLI**																															
	- Fischauge																															
	- Luftpumpe (4x)*																															
	- Seerose*																															
	- Bauchpfeil mit Beinmotor (Start im Wasser)																															
	- Froschsprung (tief)																															
3	**FRÖSCHLI**																															
	- Motorboot																															
	- Rückenpfeil																															
	- Seehundschwimmen RL*																															
	- Seehundschwimmen BL*																															
	- Purzelbaum (tief)																															
4	**PINGUIN**																															
	- Handstand mit Abrollen (Nase)																															
	- Tunneltauchen (ohne Antrieb)																															
	- Superman 15m (3 Drehungen S'Atmung)*																															
	- Eisbärschwimmen 15m (wie Pedalo)*																															
	- Rückenschwimmen 15-25m																															
5	**TINTENFISCH**																															
	- Haifisch 15-20m																															
	- Slalom mit Brustarmzug 5m																															
	- Baumstammrollen 15m (je 2 Drehungen)*																															
	- Schraubenkraul 25m*																															
	- Köpfler (tief)																															
6	**KROKODIL**																															
	- Kraul ganze Lage Seitenatmung 15m																															
	- Scheibenwischer 5-8m																															
	- Kraul-Brust-Mix 25m (BRA/KBS)*																															
	- Wasserstampfen 30"																															
	- Entenfüsse RL/BL je 10-15m*																															
7	**EISBÄR**																															
	- Tauchwende 5m - Gegenstand 2m																															
	- Delfin 4-6m																															
	- Brust ganze Lage 15-25m																															
	- Wasser-Sicherheits-Check*																															
1	**WAL**																															
	- Kraul mit Hüfte anheben, 16-25m																															
	- Superman Rückenschwimmen																															
	- Brustbeinschlag in RL, max. 10 BBS auf 15m																															
	- Supermankraul, 16-25m																															
	- Wechselschlagschwimmen, 50m																															
	- Start Kraul																															
	- Kippwende Kraul																															
2	**HECHT**																															
	- Flache Delfinbewegung, 16-25m																															
	- Rückenrotation einarmig, 16-25m																															
	- Brustarmzug effizient, 16-25m																															
	- Kraul einarmig, 32-50m																															
	- 3-Lagen, 75m																															
	- Startsprung Brust																															
	- Wende Brust																															
3	**HAI**																															
	- Delfinbewegung mit Armzug, 16-25m																															
	- Rücken einarmig, 32-50m																															
	- Brust Koordination, 16-25m																															
	- Scheibenwischer Kraul, 16-25m																															
	- Lagen (techn. Übung), 100m																															
	- Delfinkick Rückenlage, 8m																															
	- Rollwende Rücken																															
4	**DELFIN**																															
	- Delfin Variation																															
	- Rücken Koordination																															
	- Brust Koordination																															
	- Spiral Kraul																															
	- 4-Lagen																															
	- Startsprung Rücken																															
	- Rollwende Kraul																															
	KOMBITEST 1																															
	- Freistilschwimmen, 100m																															
	- Wechselschlagschwimmen, 50m																															
	- Gleichschlagschwimmen, 25m																															
	- Tauchen, 7m																															
	KOMBITEST 2																															
	- Freistilschwimmen, 300m																															
	- Wechselschlagschwimmen, 25m																															
	- Gleichschlagschwimmen Rückenlage, 25m																															
	- Tauchen, 12m																															
	KOMBITEST 3																															
	- Freistilschwimmen, 12 Minuten																															
	- Wechselschlagschwimmen, 100m																															
	- Delfinschwimmen, 25m																															
	- Transportschwimmen, 25m																															