		SA Do1: 09.00 (40')										SA Do2: 09.45 (40')									SA Do3: 10.30 (40')								Privat: 11.15 (30')					
		Finn Weirauch (8/2012)	Noah Wagner (6/2012)	Emilia Estermann (3/2013)	Alessio Bucher (3/2013)	Lucas Lupart (4/2012)	Julia Burkart (1/2012)				Fynn Müller (9/2014)	Nova Bornhövd (9/2013)	Moritz Remund (8/2013)	Hannah Friis (9/2014)	Virginia Gisler (2/2015)					Sarina Hashimoto (8/2013)	Zoé Knecht (5/2013)	Sämi Zwahlen (7/2009) - AUTH	Lia Wildisen (12/2012)	Gabriela Marti (9/2011)	Paula Zuberbühler (06/2011)				Valentin Pflugshaupt (05/2010)					
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																																	