			SA Ki1: 09.00 (40')								SA Ki2: 09.45 (40')								SA Ki3: NEU 10.30 (40')								Privat 11.15 (30')				
			Ramon Bucher (5/2016)	Shaw Strellis (10/2014)	Sarina Bucher (12/2015)	Cédric Lötscher (3/2015)	Raphael Meinen (6/2014)				Paula Köppli (4/2015)	Elia Scherrer (01/2014)	Luca Roleff (02/2015)	Alessandro Roleff (06/2016)	Lina de Maat (03/2014)				Levi Bornhövd (04/2016)	Elin Wildisen (01/2016)	Nicolas Desiere (??/???)	Sophie Bertke (03/2015)	Jana Rigert (10/2015)	Amelie Raschle (01/2016)			Emilia Felder (09/2010) - Kim				
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																													