

TEST KWALIFIKACYJNY NA ZAJĘCIA GRUPOWE PŁYWALNIA „POLNA”

Etap 1 (Gry i Zabawy)

Wiek uczestników: 5-8 lat

Test kwalifikacyjny: Brak umiejętności pływackich, lęk przed wodą lub niepełne podstawowe umiejętności pływackie.

Etap 2 (Początkujący)

Wiek uczestników: 6-9 lat

Test kwalifikacyjny: Umiejętność zachowania się na dużym basenie, umiejętność przepłynięcia 25 m nogami do kraula z przyborem oraz przepłynięcie 25 m „dokładanką” na grzbiecie z przyborem.

Etap 3 (Podstawowy)

Wiek uczestników: 9-11 lat

Test kwalifikacyjny: Przepłynięcie 25 m „dokładanką” na grzbiecie bez przyboru oraz 25 m „dokładanką” do kraula na piersiach z przyborem.

Etap 4 (Średnio zaawansowany)

Wiek uczestników: 11-13 lat

Test kwalifikacyjny: Umiejętność przepłynięcia 50 m stylem grzbietowym i 50 m stylem dowolnym oraz 25 m nogami do stylu klasycznego.

Etap 5 (Zaawansowany)

Wiek uczestników: 13 lat i starsi

Test kwalifikacyjny: Umiejętność przepłynięcia stylem grzbietowym, dowolnym i stylem klasycznym długości 50 – 100 m oraz 25 m nogami do stylu motylkowego, dobra kondycja fizyczna.