



Polizei Sportverein Köln 1922 e.V.
Schwimmsport



Deutsches Leistungsschwimmabzeichen Hai

Gültig ab 01.01.2020



Theoretische Prüfungsleistungen

- Keine

Praktische Prüfungsleistungen

- 50 m Brustschwimmen unter 1:00 Min.
- 50 m Kraulschwimmen unter 0:50 Min.
- 50 m Rückenkraulschwimmen unter 1:00 Min.
- Kopfsprung aus 3 m Höhe oder Salto vorwärts aus 1 m Höhe
- 25 m Wasserballdribbeln