

Ryggsimsmärket SIMKLUBB

Namn:	50 m ryggsimsbenspark med platta	25 m dubbelrygg	25 m ryggsimsarmtag	100 m crawlbenspark med platta	Utföra en korrekt ryggsimsvändning	50 m ryggsim med start, vändning + målgång	25 m rotation på rygg	25 m glidryggsim	Klara en T - vändning	Utföra en godkänd ryggsimsstart