

## SVØMMEPRØVEBEVIS



Har bestået  
BLÅ PRØVE

*Navn:* \_\_\_\_\_

1. Komme selvstændigt i vandet med hovedet først fra 1 meters højde.
2. Svømme 100 meter på en selvvalgt måde
3. Skodde i 8-tals figur
4. Svømme mindst 10 meter på en anden måde end ved punkt 2.
5. 2 kolbøtter i træk
6. Svømme påklædt i 30 sekunder eller 2 længdeakse-rotationer i træk.  
(Kjole/bukser, bluse, sokker.)

\_\_\_\_\_ klubbens navn

\_\_\_\_\_ Dato

\_\_\_\_\_ Underviser

## SVØMMEPRØVEBEVIS



Har bestået  
BLÅ PRØVE

*Navn:* \_\_\_\_\_

1. Komme selvstændigt i vandet med hovedet først fra 1 meters højde.
2. Svømme 100 meter på en selvvalgt måde.
3. Skodde i 8-tals figur.
4. Svømme mindst 10 meter på en anden måde end ved punkt 2.
5. 2 kolbøtter i træk.
6. Svømme påklædt i 30 sekunder eller 2 længdeakserotationer i træk.  
(Kjole/bukser, bluse, sokker.)

\_\_\_\_\_ klubbens navn

\_\_\_\_\_ Dato

\_\_\_\_\_ Underviser