




**TWEE
V:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE
D:4:SE**

Kantelpunt	Begeleider: Zwemtrainer	
Tijd activiteit: 15 minuten	Advieslocatie: Wedstrijdbad	
Tijdens het zwemmen wil je zo min mogelijk tijd verliezen bij het keren in het water. Het kantelpunt is de snelste manier om te draaien en daarom een belangrijk onderdeel van het zwedstrijdzwemmen. Met het kantelpunt duiken zwemmers vlak voor de badrand onderwater en draaien ze zo snel mogelijk hun lichaam om zich vervolgens weer af te zetten en door te zwemmen.	Minimale deelnemers: 1 Maximale deelnemers: 10 Doelgroep: 6+	
Tips & Tricks: <ul style="list-style-type: none"> • De snelheid is erg belangrijk voor het draaien bij het keerpunt. 	Organisatietekening:	
Opmerking: Alle deelnemers dienen in het bezit te zijn van een zwemdiploma.		