

**Hengelo Sport SEIZOEN 15**

***SWIM 2022-2023***

**17 en 18 april  
mei**

**LES 7**

***Groepen 7 en 8***

**OBSTACLE SWIM CHALLENGE**

## LES 7 (15) PROGRAMMA Obstacle SWIM Challenge

<b>LES 7 (15)</b>	<b>Obstacle SWIM Challenge</b>
<b>THEMA</b>	Zwemen als Race. Durf jij de uitdaging aan? Hoeveel meter zwem jij in 30 minuten?



KINDEREN ZWEMMEN MET EEN KNIPKAART OM DE POLS.

100	200	300	400	500
				600
				
				700
1200	1100	1000	900	800

100	200	300	400	500
				600
				
				700
1200	1100	1000	900	800

100	200	300	400	500
				600
				
				700
1200	1100	1000	900	800

100	200	300	400	500
				600
				
				700
1200	1100	1000	900	800