

PŁYWAK I



1. Skacze do wody – z brzegu lub deski, na głowę i na nogi.
2. Przepłyń przynajmniej 50 metrów, połowę na plecach, połowę na piersiach.
3. Nurkuje z powierzchni wody, podnieś przedmiot z głębokości 2m.
4. Zna regulamin kąpieli.

ZHP
Chorągiew Harcerzy w

Hufiec

Drużyna

KARTA PRÓBY NA SPRAWNOŚĆ „P Ł Y W A K A I ”

Dopuszczam druhado próby.

Wyznaczam termin ukończenia próby do dnia.....

Czuwaj !

.....

Podpis drużynowego

Data

Próba

Zadanie	Data	Ocena	Podpis Instruktora
1. Skacze do wody z brzegu i deski.			
2. Przepłyń 50m.			
3. Nurkuje z powierzchni wody.			
4. Zna regulamin kąpieli.			

Sprawność przyznano Rozkazem Drużyny/Hufca z dnia.....

.....

Podpis drużynowego

Data