**För att ta bronsplaketten skall man klara av följande:**

**Rygg**

50 m ryggben

25 m dubbelrygg

25 m enarmsrygg

25 m ryggsim

frånskjut med ryggbensspark

frånskjut med fjärilskick

**Crawl**

50 m crawlben

25 m överlapp

25 m crawl

frånskjut med ryggben

vändning mot vägg ut på rygg

start på kommando

**Bröst**

50 m bröstsimsbentag

25 m bröstsim

frånskjut med undervattenstag

baklänges kullerbytta

start på kommando

**Fjäril**

50 m fjärilskick i magläge

12,5 m fjärilsim utan andning

frånskjut med uppgång

baklängeskullerbytta

start på kommando

**Medley**:

100 m medley ben