

Rezension in der Zeitschrift „Sport in Hessen“ 2/2020

**Schwimmen lernen und verbessern,
Clephas/Steinigeweg, Hofmann-Verlag,
ISBN 978-3-7780-2711-0, 18,00 Euro**

Die Schwimmfähigkeit hat nicht nur im Schulsport einen hohen Stellenwert. Sie hat auch eine lebenswichtige Funktion, um beispielsweise in den Ferien in offenen Gewässern sicher schwimmen zu können. In diesem Buch werden Übungen zum Erlernen und Verfestigen aller vier Schwimmarten sowie den verschiedenen Start- und Wendeformen vorgestellt. Darüber hinaus beschreibt dieses Buch einen alternativen Ansatz, um Schwimmen zu lernen: „Brust Arme, Kraul Beine“ verbindet Brust- und Kraulschwimmen und ist nach Meinung der Autoren deutlich weniger fehleranfällig – „ein Kompromiss aus Sicherheit und Einfachheit“ – und somit vor allem in größeren Gruppen besser umsetzbar.