1. Plavecký způsob kraul je:
2. nejrychlejším ze všech plaveckých způsobů
3. druhým nejrychlejším plaveckým způsobem po motýlku
4. druhým nejrychlejším plaveckým způsobem po znaku
5. Nejčastější chybou v poloze těla u kraulu je:
6. pedálovitý pohyb dolních končetin
7. předčasné ukončení záběru paží
8. příliš vysoká poloha hlavy s nádechy nad hladinou vody
9. Pohyby dolních končetin vycházejí:
10. z kolen
11. z kyčlí
12. z nártů
13. U kraulu rozeznáváme:
14. dvouúderový kraul
15. čtyřúderový kraul
16. šestiúderový kraul
17. osmiúderový kraul
18. Vdech je u kraulu prováděn:
19. v průběhu ukončení záběru jedné paže, kdy druhá paže záběr ještě nezapočala
20. na začátku záběru jedné z paží
21. vždy když je paže, na kterou je prováděn nádech pod tělem
22. Horní končetiny pracují:
23. střídavě s mírným dobíháním paží
24. jsou vždy striktně protilehlé
25. pracují nezávisle na sobě
26. Plavecký způsob kraul nacvičujeme:
27. nejdříve vždy bez dýchání
28. vždy spojujeme nácvik od prvopočátku s dýcháním
29. dýchání nacvičujeme odděleně
30. Velmi častou chybou u kraulových paží je:
31. záběr paží je ukončen v natažení u stehna
32. záběr paží je veden po esovité dráze
33. záběr paže je ukončen u pasu nebo u boků