

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Crawl teknikk uke 33 kl 20.00
Sted: Lambertseter Bad
Arrangør: Lambertseter SK
Kurstype: Voksen
Dato: 12.08.2019 - 15.08.2019

Hovedinstruktør: A A, Elise Hagen Fuglesang, Jenny Langeland

Bassengnavn: Lambertseter Bad
Adresse: Langbølgen 24
Sted: 1155 OSLO

Kontaktperson: Caroline Brinchmann
Telefon: 22749400
Epost: kurs@lsvk.no

Kurspris: 895,00

Info:

På Crawl teknikk jobber vi med å få til flyt i crawl- og ryggsvømmingen. Hovedmål: Crawl med rytmisk pusting 50 m og rygg 50 m. Forkunnskaper: Kan svømme 200 m uten pause, trygg under vann og trygg på dypt vann. Badehette er påbudt. Du bør også ha svømmebriller. Vanntemperaturen er ca 28 grader. Noen søndager går bort pga stevner, følg med på datoene på tryggivann.no. Avbestillingsfrist er en måned før kursstart. Refusjon er ikke mulig etter fristen.

Kursdatoer:

Mandag 12 august 2019	20:00	-	21:00	Lambertseter Bad
Tirsdag 13 august 2019	20:00	-	21:00	Lambertseter Bad
Onsdag 14 august 2019	20:00	-	21:00	Lambertseter Bad
Torsdag 15 august 2019	20:00	-	21:00	Lambertseter Bad