

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Delfin
Sted: St.Svithun ungdomsskole
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Delfinmerket
Dato: 04.09.2020 - 27.11.2020

Hovedinstruktør: Stavanger SK Instruktør, Malin Ettrup, Ulrikke Wathne, Kristine Furset

Bassengnavn: St.Svithun ungdomsskole
Adresse: Vikedalsgate 11
Sted: 4012 STAVANGER

Kontaktperson: Monica Martinsen
Mobil: 41416062
Epost: kurs@stavangersvømmeklubb.no

Kurspris: 1600,00 + medlemskontingent: 300,00

Info:

Delfin er Stavanger Svømmeklubbs syvende nivå i svømmeopplæringen, og det tredje nivået i den videregående svømmeopplæringen. Kurset bygger videre på Sjøløvekurset, og dette kurset må være bestått ved påmelding til Delfinkurset. På Delfin-nivået har man fokus på å lære teknikk i bryst og butterfly. Fra Sjøløve-nivået har deltakerne fått erfaring med delfinbevegelsen, som kjennetegner både bryst og butterfly. På dette nivået skal deltakerne få mer kjennskap med svømmeteknikkene i bryst og butterfly slik at de mestrer disse grovkoordinert. I tillegg repetisjon fra tidligere nivåer. Læringsmål Kunne svømme bryst og butterfly grovkoordinert. Bassenget på St.Svithun holder er temperatur på 28-29 grader. Bassenget er 1-2,5 meter dypt.

Kursdatoer:

Fredag 04 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 11 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 18 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 25 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 02 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 16 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 23 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 30 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 06 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 13 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 20 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Fredag 27 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole