

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungen
Sted: Revheim skole
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 02.09.2020 - 25.11.2020

Hovedinstruktør: Stavanger SK Instruktør, Benedicte Vrolijk, Kristine Mangersnes

Bassengnavn: Revheim skole
Adresse: Regimentsveien
Sted: 4042 HAFRSFJORD

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

Kurspris: 1600,00 + medlemskontingent: 300,00

Info:

Selungen er det fjerde og siste nivået i begynneropplæringen. Kurset bygger videre på pingvinkurset, og målene fra pingvin må være bestått før påmelding. Det vil si at barna skal kunne hoppe fra bassengkanten på dypet og svømme i pil med crawl beinspark, dreie rundt til rygg og svømme rygg beinspark. På selungen skal barna lære å skape fremdrift, og de blir introdusert for grunnleggende rygg og crawl svømming, samt stup. Bassenget på Revheim holder en temperatur på ca 28 grader. Bassenget er 100-160 cm dypt. Selungen foregår i den grunne delen av bassenget.

Kursdatoer:

Onsdag 02 september 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 09 september 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 16 september 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 23 september 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 30 september 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 14 oktober 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 21 oktober 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 28 oktober 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 04 november 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 11 november 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 18 november 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole
Onsdag 25 november 2020	18:40	-	19:20	Revheim skole