

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Sel  
**Sted:** Revheim skole  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selmerket  
**Dato:** 02.09.2020 - 25.11.2020

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør

**Bassengnavn:** Revheim skole  
**Adresse:** Regimentsveien  
**Sted:** 4042 HAFRSFJORD

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

**Kurspris:** 1600,00 + medlemskontingent: 300,00

### Info:

Sel er Stavanger Svømmeklubbs femte nivå i svømmeopplæringen, og det første nivået i den videregående svømmeopplæringen. Kurset bygger videre på selungenkurset, og dette kurset må være bestått ved påmelding til selkurset. Det vil si at barna skal kunne svømme minst 15 meter grovmotorisk crawl og rygg med rytmisk pusting på siden, før de starter på kurset. Målet på kurset er å videreutvikle teknikkene i crawl og rygg, samt å lære vendinger og stup. Bassenget på Revheim holder en temperatur på ca 28 grader. Bassenget er 100-160 cm dypt. Sel foregår i den dype 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