

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Delfin
Sted: Revheim skole
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Delfinmerket
Dato: 03.09.2020 - 26.11.2020

Bassengnavn: Revheim skole
Adresse: Revheimsveien
Sted: 4048 HAFRSFJORD

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 Revheim holder en temperatur på ca 28 grader. Bassenget er 100-160 cm dypt.

Kursdatoer:

Torsdag 03 september 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 10 september 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 17 september 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 24 september 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 01 oktober 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 15 oktober 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 22 oktober 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 29 oktober 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 05 november 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 12 november 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 19 november 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole
Torsdag 26 november 2020	18:40 - 19:20	Revheim skole