

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungen
Sted: Nautilus Eiganes
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 12.10.2020 - 14.12.2020

Hovedinstruktør: Stavanger SK Instruktør, Zaneta Krezelok, Malene Laugtug Jacobsen

Bassengnavn: Nautilus Eiganes
Adresse: Bretlandsgata 31
Sted: 4009 STAVANGER

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

Kurspris: 1750,00 + 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 holder en temperatur på ca 33 grader. Bassenget er 40-150 cm dypt.

Kursdatoer:

Mandag 12 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 19 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 26 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 02 november 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 09 november 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 16 november 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 23 november 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 30 november 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 07 desember 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Mandag 14 desember 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes