

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Pingvin  
**Sted:** Nautilus Eiganes  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Pingvinmerket  
**Dato:** 03.01.2021 - 28.03.2021

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør, Øyvind Jr Sigvaldsen, Kristina Iversen, Sara Margrethe Hegre

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

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

**Kurspris:** 1500,00 + medlemskontingent: 300,00

### Info:

Pingvinkurset er det tredje kursnivået i begynneropplæringen. Kurset bygger videre på skilpaddekurset, og målene fra skilpadde må være bestått før påmelding. Det innebærer at barna at barna skal kunne flyte i pil på mage og rygg i minst 15 sekunder, samt kunne dreie rundt fra magen til ryggen og tilbake. På pingvinnivået skal barna lære å flyte i bevegelse/gli, over og under vann, på mage og rygg, samt med og uten beinspark. Bassenget holder en temperatur på ca 34 grader. Bassenget er 40-150 cm dypt, og Pingvinkurset foregår i den dype delen.

### Kursdatoer:

Søndag 03 januar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 31 januar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 07 februar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 14 februar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 21 februar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 28 februar 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 07 mars 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 14 mars 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 21 mars 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes
Søndag 28 mars 2021	17:00	-	17:30	Nautilus Eiganes