

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Selmerket, tirsdag kl. 19.40  
**Sted:** Nautilus Eiganes  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selmerket  
**Dato:** 19.10.2021 - 14.12.2021

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør, Zaneta Krezelok, Sara Margrethe Hegre

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

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

**Kurspris:** 1350,00 + 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 Nautilus holder er temperatur på 34 grader. Bassenget er 40-150 cm dypt. Selkurset foregår i den dype delen av bassenget.

### Kursdatoer:

Tirsdag 19 oktober 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 26 oktober 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 02 november 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 09 november 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 16 november 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 23 november 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 30 november 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 07 desember 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes
Tirsdag 14 desember 2021	19:40	-	20:20	Nautilus Eiganes