

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Hval fredager kl. 15.50-16.20
Sted: Stjørdal Svømmehall
Arrangør: Stjørdals-Blink
Kurstype: Hvalmerket
Dato: 06.03.2026 - 05.06.2026

Adresse: Gymnasgata 3B
Sted: 7500 STJØRDAL

Kontaktperson: Betine Solli
Epost: svømmekurs.blink@gmail.com

Kurspris: 1350,00

Info:

HVAL2-3stk instruktører. I dette kurset skal de lære å være komfortabel under vann og man fokuserer på kjernefunksjonen 'Dykke', som innebærer at man skal kunne dykke kroppen under vann. Læringsmål: Kombinere hopp fra bassengkanten - dykke - orientere seg under vann - hente gjenstander til overflaten. Usikker på om dette er rett nivå? Bruk NIVÅVELGEREN <https://www.tryggivann.no/nivaavelgeren.aspx> (klipp og lim inn lenke i nettleseren) Praktisk info:- Kurset går over 10 kursdager en dag i uken.- Hver økt varer 30 minutter- Møt opp til oppsatt tid, slik at barna har skiftet og sitter klare på tribunen ved bassenget når tiden er der (garderoben åpner 10 min før kursstart).- Det er IKKE lov å bade alene uten instruktør før kurset starter, barnet må sitte og vente på tribunen til instruktør henter dem.- Undervisningen inne i hallen starter på oppsatt tid og varer i 30 minutter. - Foreldre kan følge barnet i garderobe/svømmehall, men vi ønsker at de sitter på tribunen.- Er barnet syk skal dere ikke møte opp på trening.- Hvis barnet lager uro og ikke hører etter instruktør etter 2 advarsler blir barnet satt på bassengkanten i 2min. De største kan bli sendt ned i garderoben. Dette er for de andre kursdeltagernes sikkerhet, og for at instruktør skal ha oversikt over situasjonen. Ved gjentatte ganger skal instruktør informere foreldre/foresatte hvis dette skjer- Kurset avsluttes med prøve og merke på siste kurskveld. Alle barn får tildelt kursmerket uansett om kurset er bestått eller må tas en gang til. Kurset er bestått når barnet kan alle delmålene til kursnivået. NB: Alle som skal gå kurs må betale årlig medlemskap i Stjørdals-Blink svømming: <https://medlemskap.nif.no>

Kursdatoer:

Fredag 06 mars 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 13 mars 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 20 mars 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 27 mars 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 17 april 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 24 april 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 08 mai 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 22 mai 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 29 mai 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall
Fredag 05 juni 2026	15:50 - 16:20	Stjørdal Svømmehall