

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Småbarn duppe 2-3 år, torsdag kl 17.45-18.15  
**Sted:** Skedsmotun  
**Arrangør:** Triton Lillestrøm  
**Kurstype:** Småbarnssvømming, Duppe  
**Dato:** 03.09.2026 - 17.12.2026

**Hovedinstruktør:** Jorn Prinse, Gro Inger Heieren

**Bassengnavn:** Skedsmotun bo- og behandlingssenter  
**Adresse:** Husebyveien 18  
**Sted:** 2020 SKEDSMOKORSET

**Kontaktperson:** Anders Gravdal  
**Telefon:** 63844040  
**Epost:** kurs@tritonlillestrom.no

**Kurspris:** 680,00 pr mnd. + medlemskontingent: 100,00

**Pris ved**

**søskkenmoderasjon:** 580,00 pr mnd.

Kurset faktureres månedsvis.

### Info:

Småbarnskurset Duppe er det første nivået for barn i alderen 2-6 år, hvor hvert kurs deles videre inn i ulike aldersgrupper 2-3, 3-4 og 4-5 år. Barna skal lære å tilvennes vannet, bli trygge i vann, lære å dykke og orientere seg under vann, flyte uten anstrengelser og skape fremdrift i vann med minimal støtte. Dette føres gjennom lek, sang, glede og ulike aktiviteter eller øvelser sammen gir det mestring i grupper med andre barn og foresatte. Barnet har med seg en foresatt i bassenget som holder barnet nesten hele tiden. Instruktøren vil vise hvordan barna skal holdes. Undervisningen varer i 30 minutter, 1 dag i uken. Vanntemperaturen er ca. 31 grader. Badehette er påbudt til både barn og voksne. Vi bruker ikke svømmebriller. Hvis barnet bruker bleie så må badebleie brukes, også når barnet er under avvenning av å bruke bleie. Dette kurset går kontinuerlig gjennom hele året, faktura sendes ca den 27. hver måned, barna flyttes til neste nivå når de er klare. Kurset har månedspris på 650,-, fakturaen sendes en gang per måned. Medlemskontingenten på 100,- betales en gang per kalenderår. Det blir ikke redusert kurspris hvis en kursdag blir avlyst grunnet at bassenget er stengt av tekniske årsaker eller sykdom. Kurset går ikke i skoleferier som vinterferie, påskeferie, sommerferie, juleferie, høstferie samt røde dager slik som 1.mai, 2 pinsedag og 17.mai. Det er ikke gitt faktura for juli og august. Kursplassen beholdes til neste sesong automatisk. En forlater kurset ved flytting til et annet type kurs, f.eks opprykk til Elias når alle delmål er gjennomført, eller til Vann, Hval eller Skilpadde gjennomført i det året barnet fyller 5 år. En forlater kurset også ved at foresatte leverer oppsigelse. Oppsigelse gjøres ved å sende den til e-post kurs@tritonlillestrom.no Se også kursbetingelsene: <https://www.tritonlillestrom.no/svømmekurs/kursbetingelser>

### Kursdatoer:

|                           |       |   |       |            |
|---------------------------|-------|---|-------|------------|
| Torsdag 03 september 2026 | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 10 september 2026 | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 17 september 2026 | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 24 september 2026 | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 08 oktober 2026   | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 15 oktober 2026   | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 22 oktober 2026   | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 29 oktober 2026   | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 05 november 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 12 november 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 19 november 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 26 november 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 03 desember 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 10 desember 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |
| Torsdag 17 desember 2026  | 17:45 | - | 18:15 | Skedsmotun |