

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungen
Sted: Nautilus Eiganes
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 09.08.2020 - 04.10.2020

Hovedinstruktør: Stavanger SK Instruktør, Angela Sigvaldsen, Øyvind Jr Sigvaldsen

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

Kontaktperson: Monica
Telefon: 51293060
Epost: kurs@stavangersvømmeklubb.no

Kurspris: 1350,00 + 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:

Søndag 09 august 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 16 august 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 23 august 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 30 august 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 06 september 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 13 september 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 20 september 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 27 september 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes
Søndag 04 oktober 2020	15:30	-	16:00	Nautilus Eiganes