

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungen
Sted: St.Svithun ungdomsskole
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 31.08.2020 - 23.11.2020

Hovedinstruktør: Malin Frøiland, Stavanger SK Instruktør, Kristine Furset

Bassengnavn: St.Svithun Ungdomsskole
Adresse: Vikedalsgate 11
Sted: 4012 STAVANGER

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

Kurspris: 1600,00 + 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 på St.Svithun holder er temperatur på 28-29 grader. Bassenget på Svithun er 100-250 cm dypt. Selungen foregår i den grunne delen av bassenget.

Kursdatoer:

Mandag 31 august 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 07 september 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 14 september 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 21 september 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 28 september 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 12 oktober 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 19 oktober 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 26 oktober 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 02 november 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 09 november 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 16 november 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole
Mandag 23 november 2020	17:50 - 18:30	St.Svithun ungdomsskole