

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungen - Intensivkurs høstferien
Sted: Nautilus Eiganes
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 05.10.2020 - 09.10.2020

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: 850,00 + 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 34 grader. Bassenget er 40-150 cm dypt.

Kursdatoer:

Mandag 05 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Tirsdag 06 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Onsdag 07 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Torsdag 08 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes
Fredag 09 oktober 2020	19:00	-	19:40	Nautilus Eiganes