

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Pingvinmerket, onsdag kl. 19.15  
**Sted:** Blystadlia  
**Arrangør:** Lørenskog-Rælingen KK  
**Kurstype:** Pingvinmerket  
**Dato:** 11.11.2020 - 03.03.2021

**Hovedinstruktør:** Johnsen Lene Christine, Danizen Navinathas

**Bassengnavn:** Blystadlia skole  
**Adresse:** Ulvefaret 32  
**Sted:** 2014 BLYSTADLIA

**Kontaktperson:**  
**Telefon:**  
**Mobil:**  
**Epost:** kurs@lrk.no

**Kurspris:** 1600,00 + medlemskontingent: 0  
**Pris ved søskenmoderasjon:** 1280,00

### Info:

Pingvinkursene fokuserer på kjernefunksjonen 'Gli', som innebærer at man flyter i bevegelse, enten under vann eller i overflaten. Det gir eleven mulighet til å erfare vannets motstandskraft. Å gli forutsetter at eleven kan holde pusten og flyte.

### Kursdatoer:

|                         |               |            |
|-------------------------|---------------|------------|
| Onsdag 11 november 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 18 november 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 25 november 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 02 desember 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 09 desember 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 16 desember 2020 | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 27 januar 2021   | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 03 februar 2021  | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 17 februar 2021  | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |
| Onsdag 03 mars 2021     | 19:15 - 19:55 | Blystadlia |