

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Sel  
**Sted:** Madlamark skole  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selmerket  
**Dato:** 25.01.2021 - 31.05.2021

**Hovedinstruktør:** Hanne Dahl, Oda Flesland, Stavanger SK Instruktør, Selma Gjesvik Steigen

**Bassengnavn:** Madlamark skole  
**Adresse:** Rappveien 17  
**Sted:** 4041 HAFRSFJORD

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

**Kurspris:** 1600,00 + medlemskontingent: 300,00

### Info:

Sel er Stavanger Svømmeklubbs femte nivå i svømmeopplæringen, og det første nivået i den videregående svømmeopplæringen. Kurset bygger videre på selungenkurset, og dette kurset må være bestått ved påmelding til selkurset. Det vil si at barna skal kunne svømme minst 15 meter grovmotorisk crawl og rygg med rytmisk pusting på siden, før de starter på kurset. Målet på kurset er å videreutvikle teknikkene i crawl og rygg, samt å lære vendinger og stup. Barna må være trygge på dypt vann for å delta på kurset. Bassengdybde er 90-150 cm og oppvarmet til ca 31 grader

### Kursdatoer:

|                        |               |                 |
|------------------------|---------------|-----------------|
| Mandag 25 januar 2021  | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 01 februar 2021 | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 08 februar 2021 | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 15 februar 2021 | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 22 februar 2021 | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 08 mars 2021    | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 15 mars 2021    | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 22 mars 2021    | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 12 april 2021   | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 10 mai 2021     | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |
| Mandag 31 mai 2021     | 19:30 - 20:10 | Madlamark skole |