

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Sel  
**Sted:** Revheim skole  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selmerket  
**Dato:** 27.01.2021 - 02.06.2021

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør, Hanne Dahl, Benedicte Vrolijk, Sebastian Svensen

**Bassengnavn:** Revheim skole  
**Adresse:** Regimentsveien  
**Sted:** 4042 HAFRSFJORD

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

**Kurspris:** 1850,00 + 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. Bassenget på Revheim holder en temperatur på ca 28 grader. Bassenget er 100-160 cm dypt. Sel foregår i den dype delen av bassenget.

### Kursdatoer:

|                        |               |               |
|------------------------|---------------|---------------|
| Onsdag 27 januar 2021  | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 03 februar 2021 | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 10 februar 2021 | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 17 februar 2021 | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 24 februar 2021 | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 10 mars 2021    | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 17 mars 2021    | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 24 mars 2021    | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 07 april 2021   | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 12 mai 2021     | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 19 mai 2021     | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 26 mai 2021     | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |
| Onsdag 02 juni 2021    | 17:10 - 17:50 | Revheim skole |