

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Skilpadde
Sted: Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Arrangør: Skedsmo SK
Kurstype: Skilpaddemerket
Dato: 24.11.2020 - 01.06.2021

Hovedinstruktør: Harald Gjerde

Bassengnavn: Åsenhagen skole
Adresse: Åsenhagen 77
Sted: 2020 SKEDSMOKORSET

Kontaktperson: Cecilie Lobbestael
Mobil: 41337802
Epost: kursansvarlig@skedsmo-svømmeklubb.net

Kurspris: 550,00 + medlemskontingent: 250,00

Info:

Skilpaddekursene fokuserer på kjernefunksjonen 'Flyte', som innebærer at man opplever oppdriften i vannet. Den bevisste opplevelsen av at vannet 'bærer' kroppen er helt sentral i svømmeopplæringen. Flytingen påvirkes av kroppens holdning, og ikke minst pusting. Forutsetningen for å flyte er at mest mulig av kroppen er under vann. Derfor følger flyting etter dykking.

Kursdatoer:

Tirsdag 24 november 2020	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 01 desember 2020	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 08 desember 2020	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 15 desember 2020	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 26 januar 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 02 februar 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 09 februar 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 16 februar 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 02 mars 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 09 mars 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 25 mai 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset
Tirsdag 01 juni 2021	18:20 - 18:55	Åsenhagen skole, Skedsmokorset