

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Pingvin  
**Sted:** Nautilus Eiganes  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Pingvinmerket  
**Dato:** 22.04.2021 - 03.06.2021

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør, Zaneta Krezelok, Malene Laugtug Jacobsen, Kristina Iversen

**Bassengnavn:** Nautilus Eiganes  
**Adresse:** Bretlandsgata 31  
**Sted:** 4009 STAVANGER

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

**Kurspris:** 1500,00 + medlemskontingent: 300,00

### Info:

Pingvinkurset er det tredje kursnivået i begynneropplæringen. Kurset bygger videre på skilpaddekurset, og målene fra skilpadde må være bestått før påmelding. Det innebærer at barna at barna skal kunne flyte i pil på mage og rygg i minst 15 sekunder, samt kunne dreie rundt fra magen til ryggen og tilbake. På pingvinnivået skal barna lære å flyte i bevegelse/gli, over og under vann, på mage og rygg, samt med og uten beinspark. Bassenget holder en temperatur på ca 34 grader. Bassenget er 40-150 cm dypt, og Pingvinkurset foregår i den dype delen.

### Kursdatoer:

|                       |               |                  |
|-----------------------|---------------|------------------|
| Torsdag 22 april 2021 | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Mandag 26 april 2021  | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Torsdag 29 april 2021 | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Mandag 03 mai 2021    | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Torsdag 06 mai 2021   | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Mandag 10 mai 2021    | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Torsdag 20 mai 2021   | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Torsdag 27 mai 2021   | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Mandag 31 mai 2021    | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |
| Torsdag 03 juni 2021  | 18:00 - 18:30 | Nautilus Eiganes |