

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Skilpadde torsdag
Sted: Orre svømmehall
Arrangør: Bryne SK
Kurstype: Skilpaddemerket
Dato: 08.01.2026 - 09.04.2026

Hovedinstruktør: Anna Sofie Nygård Solvik, Oskar Ur Fotland, Leah Steinsland Mapfumba

Bassengnavn: Orre svømmehall
Adresse: Roslandsvegen 366
Sted: 4340 BRYNE

Kontaktperson: Mette Oseland
Mobil: 48299997
Epost: kurs@brynesymjeklubb.no

Kurspris: 1550,00 + medlemskontingent: 100,00

Info:

Sted: ORRE SVØMMEHALL
Medlemskontingent: Ved påmelding betales kursavgiften via denne påmeldingen, men når det gjelder medlemskontingent på kr. 100, så må denne betales separat via linken <https://medlemskap.nif.no/24541>. Årsaken er at Norges Idrettsforbund fra 2025 har pålagt alle idretter å registrere medlemskontingent i deres system KlubbAdmin. Det er viktig at det er barnet selv som blir registrert og ikke foresatte. Fokus: Skilpadde-nivået 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. Læringsmål: Flyte som en pil på magen og på ryggen, med armene strukket frem, i minst 15 sekunder på hver side.

Kursdatoer:

Torsdag 08 januar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 15 januar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 22 januar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 29 januar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 05 februar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 12 februar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 19 februar 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 05 mars 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 12 mars 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 19 mars 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 26 mars 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall
Torsdag 09 april 2026	16:30 - 17:00	Orre svømmehall