

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Skilpadde 1
Sted: Nordlysbadet
Arrangør: Alta SK
Kurstype: Skilpaddemerket
Dato: 10.02.2026 - 07.04.2026

Bassengnavn: Nordlysbadet
Adresse: Postboks 1412
Sted: 9506 ALTA

Kontaktperson: Knut-Vegar Rødberg
Mobil: 47661883
Epost: altasvømmeklubb@gmail.com

Kurspris: 1000,00 + medlemskontingent: 250,00
Pris ved søskenmoderasjon: 800,00

Info:

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. Alle som melder seg på svømmeopplæring må melde seg inn i klubben. Dette for at dere skal være forsikret når dere er i aktivitet hos oss. Du må registrere barnet, og legge til deg selv som foresatt. Dette må gjøres via Min idrett: <https://medlemskap.nif.no/Start/Index/28460>

Kursdatoer:

Tirsdag 10 februar 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 17 februar 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 24 februar 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 03 mars 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 10 mars 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 17 mars 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 24 mars 2026	17:15	-	17:45
Tirsdag 07 april 2026	17:15	-	17:45