

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Pingvin 1
Sted: Nordlysbadet
Arrangør: Alta SK
Kurstype: Pingvinmerket
Dato: 10.02.2026 - 07.04.2026

Bassengnavn: Nordlysbadet
Adresse: Postboks 1412
Sted: 9506 ALTA

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

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

Info:

Pingvin-nivået fokuserer på kjernefunksjonen 'Gli', som innebærer at man flyter i bevegelse, enten under vann eller i overflaten. Det gir deltakeren mulighet til å erfare vannets motstandskraft. Å gli forutsetter at man kan holde pusten og flyte. Læringsmål: Kombinere aktivitetene hoppe - flyte opp - innta linjeholdning på magen i vannflaten - gjøre crawlbeinspark med armene strukket frem - dreie over på ryggen - gjøre beinspark i linjeholdning og puste. 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	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 17 februar 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 24 februar 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 03 mars 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 10 mars 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 17 mars 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 24 mars 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet
Tirsdag 07 april 2026	17:45 - 18:15	Nordlysbadet