

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Sel, ons kl 18.45-19.25
Sted: Åsenhagen
Arrangør: Triton Lillestrøm
Kurstype: Selmerket
Dato: 02.09.2026 - 16.12.2026

Hovedinstruktør: Ingeborg Wist
Instruktør: Thibika Sivapathan

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

Kontaktperson: Elise Gudmundsen
Telefon: 63844040
Mobil: 63844040
Epost: kurs@tritonlillestrom.no

Kurspris: 550,00 pr mnd. + medlemskontingent: 100,00

Pris ved

søskenermoderasjon: 450,00 pr mnd.

Kurset faktureres månedsvis.

Info:

Sel er det første nivået i den videregående svømmeopplæringen. Selungenivået må være bestått for å kunne melde på sel, dvs. at barna skal kunne svømme minst 15 m rygg og 15 m crawl med rytmisk pusting, samt kunne stupe fra bassengkanten. Barna skal videreutvikle teknikkene i crawl og rygg, samt lære start og vendinger. Se kursoversikt for mer informasjon:<https://www.tritonlillestrom.no/svommekurs/barn/sel/Undervisningen> går over 40 minutter - én gang i uken, kontinuerlig gjennom skoleåret. I fellesferier er det ikke kurs. Nye deltakere blir tatt inn ca. 1 gang pr. mnd. Barna flyttes til neste nivå straks de mestrer delmålene på gjeldende kurs. Badehette er påbudt, og det går til enhver tid flere kurs i bassenget samtidig. Kurs foregår med instruktør i bassenget uten foreldre, og hovedinstruktør på land som foresatte kan henvende seg til. Kurset har månedspris 530 og fakturaen sendes en gang per måned. Medlemskontingenten betales en gang per kalenderår. For kursbetingelser ,se: <https://www.tritonlillestrom.no/svommekurs/kursbetingelser/>

Kursdatoer:

Onsdag 02 september 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 09 september 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 16 september 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 23 september 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 07 oktober 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 14 oktober 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 21 oktober 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 28 oktober 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 04 november 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 11 november 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 18 november 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 25 november 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 02 desember 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 09 desember 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen
Onsdag 16 desember 2026	18:45	-	19:25	Åsenhagen