

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selunge fredag
Sted: Sivdammen
Arrangør: Bryne SK
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 04.09.2026 - 27.11.2026

Hovedinstruktør: Anna Sofie Nygård Solvik

Bassengnavn: Sivdamsenteret
Adresse: Røyrvika
Sted: 4344 BRYNE

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

Kurspris: 1550,00 + medlemskontingent: 100,00

Info:

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: Selungen-nivået fokuserer på kjernefunksjonen 'Fremdrift', som innebærer at man skaper fremdrift i vannet ved hjelp av arm- og beinbevegelser. Målet er å nytte motstandskraften i vannet slik at bevegelsene fører til fremdrift. Læringsmål: Stupe uti på dypt vann - svømme 12,5 meter på magen - skifte retning - svømme 2-3 meter mot startstedet - stoppe - flyte i 30 sekunder - svømme på ryggen tilbake til utgangspunktet.

Kursdatoer:

Fredag 04 september 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 11 september 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 18 september 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 25 september 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 02 oktober 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 16 oktober 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 23 oktober 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 30 oktober 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 06 november 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 13 november 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 20 november 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen
Fredag 27 november 2026	17:30 - 18:00	Sivdammen