

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Selungenmerket søndag kl 1715
Sted: Nordtvet bad, Kalbakken
Arrangør: SK Speed
Kurstype: Selungenmerket
Dato: 30.08.2009 - 22.11.2009

Bassengnavn: Nordtvet bad
Adresse: Gårdsveien 4
Sted: 0901 OSLO

Epost: kurs@sk-speed.no

Kurspris: 1450,00 + medlemskontingent: 100,00

Info:

Selungenmerket: Maks: 15 deltagere Krav for deltagelse: tilfredsstillende målsetningen for Pingvinmerket. Hovedfokus: Økt fremdrift i vannet ved hjelp av armbevegelser, svømmeteknikk Kurset har fokus på å kombinere pusteteknikk med svømmeteknikker; crawl og ryggsvømming. Stuping fra bassengkanten. Varighet 12 ganger a 45 min Ikke kurs 8.1.2009 Pris kr 1650 + 100 kroner i kontingent pr år for nye medlemmer Fribading før kurset: kr 250.

Kursdatoer:

Søndag 30 august 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 06 september 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 13 september 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 20 september 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 27 september 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 04 oktober 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 11 oktober 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 18 oktober 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 25 oktober 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 01 november 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 15 november 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken
Søndag 22 november 2009	17:15 - 17:45	Nordtvet bad, Kalbakken