

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Hvalmerket
Sted: Brekstad
Arrangør: Ørland SK
Kurstype: Hvalmerket
Dato: 10.09.2018 - 17.10.2018

Hovedinstruktør: Tale Hovde
Instruktør: Yared Kifle

Bassengnavn: Ørlandshallen
Sted: 7129 BREKSTAD

Kontaktperson: Malin Glørstad
Mobil: 41842608
Epost: malinglorstad@hotmail.com

Kurspris: 800,00 + medlemskontingent: 100,00

Info:

Hvalmerkekursene fokuserer på kjernefunksjonen 'Dykke', som innebærer at man skal kunne dykke kroppen under vann. For å lære å svømme må eleven kunne oppholde seg under vann - dykke, og orientere seg der. Dette innebærer også at man kan kontrollere pusting: puste inn - dykke under - se og orientere seg - komme opp - puste ut og inn. Læringsmål: Kombinere hopp fra bassengkanten - dykke - orientere seg under vann - hente gjenstander til overflaten.

Kursdatoer:

Mandag 10 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Onsdag 12 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Mandag 17 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Onsdag 19 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Mandag 24 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Onsdag 26 september 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Mandag 01 oktober 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Onsdag 03 oktober 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Mandag 15 oktober 2018	17:15	-	17:50	Brekstad
Onsdag 17 oktober 2018	17:15	-	17:50	Brekstad