

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: TRI Kurs nivå 1 - onsdag kveld
Sted: Sogn bad
Arrangør: Oslo IL Svømming
Kurstype:
Dato: 04.01.2017 - 01.03.2017

Hovedinstruktør: Stefan Mintsev

Bassengnavn: Sogn bad
Adresse: Sognsveien 80
Sted: 0855 OSLO

Kontaktperson: Triatlonansvarlig
Mobil: 97573793
Epost: tri@oi-svømming.no

Kurspris: 1750,00

Info:

Dette kurset har fokus på å bli komfortabel med open water svømming for Triatlon. Kurset har sitt hovedfokus på å forbedre deltakernes svømmeteknikk, slik at de kan gjennomføre en supersprint distanse på 400 m. Krav til deltakere:- Må ha fylt 18 år- Beherske basic crawl teknikk og kunne svømme minst 100 meter sammenhengende Tider og varighet:Hvert kurs går over 8 uker, og hver kurstime varer i 60 minutter.

Kursdatoer:

Onsdag 04 januar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 11 januar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 18 januar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 25 januar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 01 februar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 08 februar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 15 februar 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad
Onsdag 01 mars 2017	19:00	-	20:00	Sogn bad