

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Pingvinkurs
Sted: Alta
Arrangør: Alta SK
Kurstype: Pingvinmerket
Dato: 09.02.2023 - 11.05.2023

Bassengnavn: Nordlysbadet
Adresse: Postboks 1412
Sted: 9506 ALTA

Kontaktperson: LivKarin Søvik Johnsen
Mobil: 90850729
Epost: Post@altask.no

Kurspris: 1000,00

Info:

Kurset foregår i Nordlysbadet, 10 kursdager, torsdager 18.15-18.45, kurset følger skoleruta. Barna er i vannet med instruktørene. Nordlysbadet ønsker at foreldre/foresatte er i våtkafeen under kurs, men dersom barnet er usikkert går det fint om foreldre/foresatte er på kanten til barnet føler seg tryggere. Pingvin-nivået fokuserer på kjernefunksjonen 'Gli', som innebærer at man flyter i bevegelse, enten under vann eller i overflaten. Det gir deltakeren mulighet til å erfare vannets motstandskraft. Å gli forutsetter at man kan holde pusten og flyte. Læringsmål Kombinere aktivitetene hoppe - flyte opp - innta linjeholdning på magen i vannflaten - gjøre crawlbeinspark med armene strukket frem - dreie over på ryggen - gjøre beinspark i linjeholdning og puste. Kursstige i Alta svømmeklubb: Hvalkurs Skilpaddekurs Pingvinkurs Selungekurs Selkurs Etter selkurset kan barnet begynne på ordinær svømmetrening i klubben.

Kursdatoer:

Torsdag 09 februar 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 16 februar 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 02 mars 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 09 mars 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 23 mars 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 30 mars 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 13 april 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 20 april 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 27 april 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 04 mai 2023	18:15 - 18:45	Alta
Torsdag 11 mai 2023	18:15 - 18:45	Alta