

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Pingvinmerket, mandag kl. 16.15
Sted: Tysvær
Arrangør: Haugesund SK
Kurstype: Pingvinmerket
Dato: 11.11.2024 - 17.02.2025

Bassengnavn: Tysværtunet
Sted: 5570 AKSDAL

Kontaktperson: Christin Buckland
Mobil: 48169003
Epost: buckland.christin@gmail.com

Kurspris: 1600,00

Info:

Pingvin passer for de som er ferdig med skilpaddekurset og trenger ekstra øving på flyting og deretter gli øvelser. Pingvinkursene fokuserer på kjernefunksjonen 'Gli', som innebærer at man flyter i bevegelse, enten under vann eller i overflaten. Det gir eleven mulighet til å erfare vannets motstandskraft. Å gli forutsetter at eleven 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.

Kursdatoer:

Mandag 11 november 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 18 november 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 25 november 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 02 desember 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 09 desember 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 16 desember 2024	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 06 januar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 13 januar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 20 januar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 27 januar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 03 februar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 10 februar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær
Mandag 17 februar 2025	16:15	-	17:00	Tysvær