

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Sjøløve torsdag (stort basseng)  
**Sted:** Bryne Ungdomsskule  
**Arrangør:** Bryne SK  
**Kurstype:** Sjøløvemerket  
**Dato:** 09.01.2025 - 27.03.2025

**Hovedinstruktør:** Ida Hognestad Liland, Una Gjengedal Gåsland, Mari Fjogstad Tobiassen, Oskar Ur Fotland

**Bassengnavn:** Bryne Ungdomsskule og Sivdamsenteret  
**Adresse:** Sveinsvollvegen 5 og Røyrvika  
**Sted:** 4340 BRYNE

**Kontaktperson:** Mette Oseland  
**Mobil:** 48299997  
**Epost:** kurs@brynesymjeklubb.no

**Kurspris:** 1600,00

### Info:

Dette er neste kurs (12 ganger) for de som har fullført Selkurset. På Sjøløve-nivået har man fokus på å lære bevegelsen i bryst og butterfly (delfinbevegelsen). Deltakerne har lite erfaring med dette fra den grunnleggende svømmeopplæringen, så det er viktig å arbeide med det grunnleggende på dette nivået. Læringsmål 1. Kunne utføre bryst- og butterflybevegelsen (delfinbevegelsen) 2. Kunne utføre overlevelsesflyting og H.E.L.P.-stillingen (flyteteknikk i kaldt vann, med redningsvest)

### Kursdatoer:

Torsdag 09 januar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 16 januar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 23 januar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 30 januar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 06 februar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 13 februar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 20 februar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 27 februar 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 06 mars 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 13 mars 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 20 mars 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule
Torsdag 27 mars 2025	18:30	-	19:00	Bryne Ungdomsskule