

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Triatlon barn og ungdom  
**Sted:** Åsenhagen skole og nebbursvollen  
**Arrangør:** Triton Lillestrøm  
**Kurstype:**  
**Dato:** 14.01.2025 - 18.06.2025

**Hovedinstruktør:** Jon Magnus Nyplass

**Bassengnavn:** Åsenhagen og nebbursvollen  
**Adresse:** Åsenhagen 77 og Badeveien  
**Sted:** 2020 SKEDSMOKORSET

**Kontaktperson:** Jon Magnus Nyplass  
**Telefon:** 63844040  
**Epost:** kurs@tritonlillestrom.no

**Kurspris:** 530,00 pr mnd.

**Pris ved**

**søskkenmoderasjon:** 430,00 pr mnd.

Kurset faktureres månedsvis.

### Info:

Velkommen til vårt nye triatlon-tilbud for barn og ungdom! Er barnet ditt glad i å svømme, sykle og løpe? Da er vårt triatlon-tilbud midt i blinken! Dette er en lavterskel og morsom aktivitet hvor vi legger vekt på mestring, utvikling og ikke minst at det skal være gøy å være med. Vi vil ha mest fokus på svømming og løping gjennom vinteren og litt sykling når snøen smelter og det blir mer behagelig å sykle ute. Triatlon er en fantastisk måte for barna å holde seg aktive på, samtidig som de får prøve seg på tre ulike idretter i ett. Vi fokuserer på lek, teknikk og samhold, slik at alle føler seg inkludert uansett nivå. For å delta må barna ha fullført Sel-nivå i svømming. Dette er for å sikre at de har grunnleggende ferdigheter i vannet og kan delta trygt og med mestringsfølelse. Vi gleder oss til å ta imot mange spreke barn og skape gode minner sammen. Kom og bli med? vi lover både utfordringer og utvikling! Treningene vil være som følger: Tirsdager- Løping med oppmøte på nebbursvollen. Kl 17.15-18.30. Onsdager- svømming på åsenhagen. Kl 17.15-18.30.

### Kursdatoer:

Tirsdag 14 januar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 15 januar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 21 januar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 22 januar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 28 januar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 29 januar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 04 februar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 05 februar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 11 februar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 12 februar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 25 februar 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 26 februar 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 04 mars 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 05 mars 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 11 mars 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 12 mars 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 18 mars 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 19 mars 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 25 mars 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 26 mars 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 01 april 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 02 april 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 08 april 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 09 april 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 22 april 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen
Onsdag 23 april 2025	17:15 - 18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 29 april 2025	17:15 - 18:30	Nebbursvollen

Onsdag 30 april 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 06 mai 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 07 mai 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 13 mai 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 14 mai 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 20 mai 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 21 mai 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 27 mai 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 28 mai 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 03 juni 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 04 juni 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 10 juni 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 11 juni 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole
Tirsdag 17 juni 2025	17:15	-	18:30	Nebbursvollen
Onsdag 18 juni 2025	17:15	-	18:30	Åsenhagen skole