

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Haimerket, mandag kl. 19.15
Sted: Marikollen skole
Arrangør: Lørenskog-Rælingen KK
Kurstype: Haimerket
Dato: 26.01.2026 - 20.04.2026

Hovedinstruktør: Nicoline Tønder-Keul

Bassengnavn: Marikollen skole
Adresse: Øvre Rælingsveg 201
Sted: 2008 FJERDINGBY

Kontaktperson:
Telefon:
Mobil:
Epost: kurs@lrk.no

Kurspris: 1890,00 + medlemskontingent: 200,00
Pris ved søskenmoderasjon: 1512,00

Info:
På haikurset har man fokus på medleystvømming. Dette oppsummerer de ferdigheter og teknikker man har lært på de foregående kursene. Medleystvømmingen setter sammen de fire svømmeartene i rekkefølgen butterfly, rygg, bryst og crawl. På dette nivået skal deltakerne videreutvikle undervannssvømmingen, startene og vendingene. Består man haitrinnet vil man bli invitert til prøvestvømming opp til rekruttene. Kursbetingelser: <http://lrk.no/hvordan-melde-pa-kurs>

Kursdatoer:				
Mandag 26 januar 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 02 februar 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 23 februar 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 02 mars 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 09 mars 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 16 mars 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 23 mars 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 13 april 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole
Mandag 20 april 2026	19:15	-	19:55	Marikollen skole