

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Intensivkurs - To Crawlkurs for voksne - nivå 2
Sted: Asker, Risenga 25m
Arrangør: Asker SK
Kurstype: Voksen
Dato: 18.05.2017 - 15.06.2017

Hovedinstruktør: Alisher Rakhmatullaev
Instruktør: Vera Oline van Dijk

Bassengnavn: Risenga Svømmehall
Adresse: Bragesvei 8
Sted: 1372 ASKER

Kontaktperson: Asker svømmeklubb
Telefon: 66848372
Mobil: 46886951
Epost: kurs@askersvom.no

Kurspris: 600,00 + medlemskontingent: 250,00

Info:

Intensivkurs for voksne som kjenner til crawl, men ønsker mer veiledning. Timen baseres på videreutvikling av crawl, samt noe vendinger og rygg. Det fokuseres på øvelser knyttet til teknisk utførelse ved mindre motstand i vannet og linjehold og beinspark. Tid: 60 min, en gang i uken. Pris: 600kr. Antall ganger: 4- Hvis det forekommer en streik, eller tekniske problemer som kommer i veien for normal drift, så er ikke vi ansvarlige for tap av treningstid.

Kursdatoer:

Torsdag 18 mai 2017	19:30	-	20:30	Asker, Risenga 25m
Torsdag 01 juni 2017	19:30	-	20:30	Asker, Risenga 25m
Torsdag 08 juni 2017	19:30	-	20:30	Asker, Risenga 25m
Torsdag 15 juni 2017	19:30	-	20:30	Asker, Risenga 25m