

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Selungen  
**Sted:** Auglend Skole  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selungenmerket  
**Dato:** 05.09.2017 - 28.11.2017

**Hovedinstruktør:** John-Sevrin Mitchell, Nora Stokkebø

**Bassengnavn:** Augled Skole  
**Adresse:** Hjalmar Johansensgt. 32  
**Sted:** 4019 STAVANGER

**Kontaktperson:** Monica Martinsen  
**Mobil:** 41416062  
**Epost:** kurs@stavangersvommeclub.no

**Kurspris:** 1500,00 + medlemskontingent: 150,00

### Info:

Selungen er det fjerde og siste nivået i begynneropplæringen. Kurset bygger videre på pingvinkurset, og målene fra pingvin må være bestått før påmelding. Det vil si at barna skal kunne hoppe fra bassengkanten på dypet og svømme i pil med crawl beinspark, dreie rundt til rygg og svømme rygg beinspark. På selungen skal barna lære å skape fremdrift, og de blir introdusert for grunnleggende rygg og crawl svømming, samt stup. Bassenget på Auglend holder er temperatur på 28-29 grader. Bassenget på Auglend er 90-150 cm dypt. Selungen foregår i den grunne delen av bassenget.

### Kursdatoer:

Tirsdag 05 september 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 12 september 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 19 september 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 26 september 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 03 oktober 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 17 oktober 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 24 oktober 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 31 oktober 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 07 november 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 14 november 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 21 november 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole
Tirsdag 28 november 2017	17:40	-	18:20	Auglend Skole