

## Norges Svømmeskole - Kursinfo

**Kursnavn:** Selungen  
**Sted:** Auglend Skole  
**Arrangør:** Stavanger Svømmeklubb  
**Kurstype:** Selungenmerket  
**Dato:** 18.04.2018 - 30.05.2018

**Hovedinstruktør:** Stavanger SK Instruktør, John-Sevrin Mitchell, Ulrikke Rein

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

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

**Kurspris:** 1550,00 + 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:

Onsdag 18 april 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Mandag 23 april 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 25 april 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Mandag 30 april 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 02 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Mandag 07 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 09 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Mandag 14 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 16 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 23 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Mandag 28 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole
Onsdag 30 mai 2018	17:50 - 18:30	Auglend Skole