

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Intensivkurs - Crawlkurs for voksne - nivå 1 og 2
Sted: Asker, Risenga 25m
Arrangør: Asker SK
Kurstype: Voksen
Dato: 22.05.2018 - 17.06.2018

Hovedinstruktør: Lina Sand Østraat, Vera Oline van Dijk, Stine Sundbeck, Mie Molnar

Bassengnavn: Risenga svømmehall
Adresse: Brages vei 8
Sted: 1372 ASKER

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

Kurspris: 500,00 + medlemskontingent: 250,00

Info:

NB: Inngangsbillett til basseng kommer i tillegg. Les mer her: [http://askersvom.no/praktisk-informasjon/Minner om at klippekort som ikke er tatt i bruk, er utgått, eller som er mistet ikke kan erstattes](http://askersvom.no/praktisk-informasjon/Minner_om_at_klippekort_som_ikke_er_tatt_i_bruk_er_utgaatt_eller_som_er_mistet_ikke_kan_erstattes). Intensivkurs for voksne som kjenner til crawl, men ønsker mer veiledning. Timen baseres på å lære de grunnleggende teknikkene for god crawl. Det settes vekt på øvelser for linjeholdning, pust og beinspark. Krav: Du må være trygg på dypt vann, og være svømmedyktig. Tid: 60 min, 1-2 ganger i uken. Pris: 500kr + inngangsbillett til svømmehallen + medlemskontingent. Antall ganger: 7- 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:

Tirsdag 22 mai 2018	19:30 - 20:30	Asker, Risenga 25m
Tirsdag 29 mai 2018	19:30 - 20:30	Asker, Risenga 25m
Søndag 03 juni 2018	15:45 - 16:45	Asker, Holmen 25m
Tirsdag 05 juni 2018	19:30 - 20:30	Asker, Risenga 25m
Søndag 10 juni 2018	15:45 - 16:45	Asker, Holmen 25m
Tirsdag 12 juni 2018	19:30 - 20:30	Asker, Risenga 25m
Søndag 17 juni 2018	15:45 - 16:45	Asker, Holmen 25m