

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Pingvin Onsdager
Sted: Fjellhamar barneskole
Arrangør: Lørenskog-Rælingen KK
Kurstype: Pingvinmerket
Dato: 06.01.2010 - 07.04.2010

Hovedinstruktør: Andre Lindhjem, Tatiana Maximova Mentzoni
Instruktør: Ida Arnøy, Renate Djupos, Jeanette Erlandsen, Heidi Holmby,

Adresse: Fjellhamarveien 55
Sted: 1472 FJELLHAMAR

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

Kurspris: 1350,00

Info:
Nybegynner (nivå 3 av 4). Må beherske nivået på skilpadde. Påmeldingen til kurset er bindende og innbetalt kursavgift vil ikke bli refundert ved frafall. Mangler innbetaling ved fakturaforfall anses kursplassen som ubekreftet. Innhold: Gli under vann eller i overflaten er flyting i bevegelse. Det gir eleven mulighet til å erfare vannets motstandskraft. Avhengig av kroppens form, stilling i vannet og glihastighet, økes eller reduseres motstanden. Målet er å gjøre eleven i stand til å påvirke (redusere) denne motstanden f.eks ved linjeholdning. Å gli forutsetter at eleven kan holde pusten og flyte.

Kursdatoer:			
Onsdag 06 januar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 06 januar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 13 januar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 20 januar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 27 januar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 03 februar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 10 februar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 17 februar 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 03 mars 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 10 mars 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 17 mars 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 24 mars 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole
Onsdag 07 april 2010	17:40	-	18:20 Fjellhamar barneskole