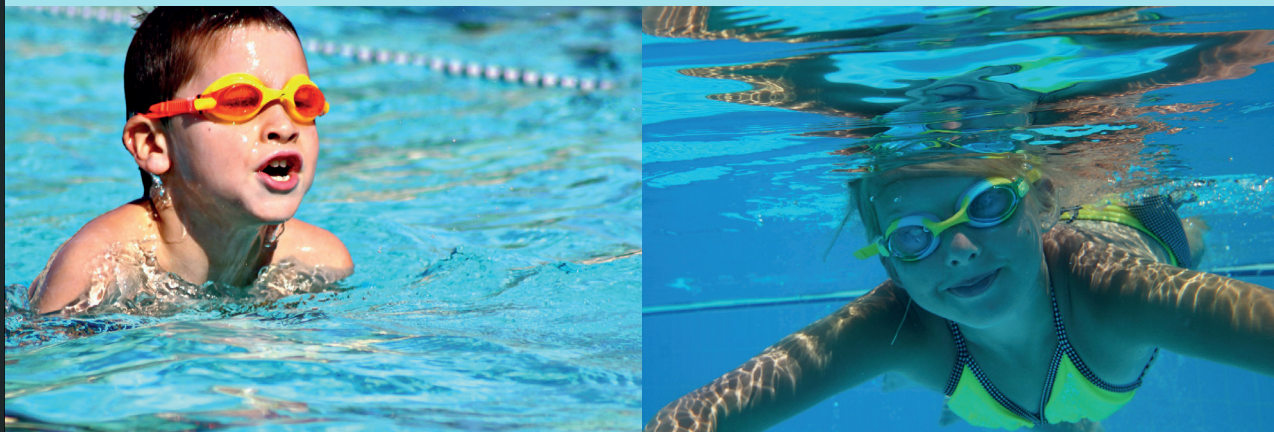




VELKOMMEN TIL SVØMMEKURS - VÅREN 2025!



Svømmegruppa i SHIUL ønsker velkommen til fire ulike svømmekurs for barn. Det er satt opp følgende kurskvelder:

Tirsdag 17.30-18.15: Vann/Hval

(ved behov kan/må foresatte være med i vannet)

Torsdag 17.30-18.05: Skilpadde

Torsdag 18.15-18.50: Pingvin/Selunge

Torsdag 19.00-19.35: Distansesvømming

På distansesvømming kan følgende merkes oppnås: Distansemerke, flipper og mil-merke. Det vil være helt individuelt hva man har som målsetting, men man må være innstilt på å svømme minimum 200 meter hver gang.

Kursene vil gå over åtte uker samt en kveld i tillegg med merketaking og avslutning. Oppstart uke 5 (28. og 30. januar).

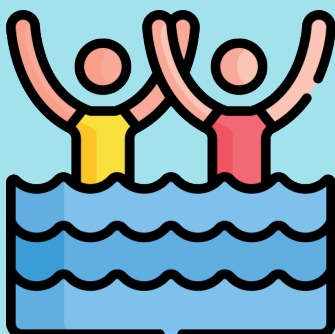
Se mer informasjon om de ulike kursene her: www.tryggivann.no.

Du må være medlem i SHIUL og ha betalt treningsavgift for å kunne delta på kurs.

Påmelding er åpen

8. - 16. januar 2025

www.shiul.no/pamelding



VIKTIG!

Før barnet melder seg på kurs, er det viktig at dere tar praten om hva kurs er: Høre på hva instruktøren sier og øve mange ganger på det man får beskjed om. Hvis man ikke er klar eller motivert for det svømmekurset innebærer, er Folkebadet på fredager et godt alternativ; ta med seg en voksen i bassenget og øve på den måten man ønsker selv.

Man må ha fått tildelt plass for å kunne møte opp på svømmekurs. Foreldre/foresatte kan kun være med inn til bassenget ved spesielle behov (gjelder alle kursene).

Følg SHIUL Svømming på Facebook!

shiul.no 