



Svømmekurs for voksne !



Er du over 18 år og ikke kan svømme, eller bare er utrygg i vann? Da er dette kurset for deg

Målgruppe;

Voksne som ønsker å lære å svømme eller videreutvikle sin svømming.

Om kurset;

Kurset går over 5 uker med undervisning på søndager, 12.00-14.00. Begrenset antall deltagere! 1. kursdag er søndag 14. februar!

Innhold og mål;

Vi arbeider etter en progresjon hvor du kombinerer ulike teknikkøvelser med mål om å utvikle en effektiv og trygg svømming.

Kurspris

1500,-

Du behøver følgende utstyr;

Badedrakt/bukse, badehette og svømmebriller. Hette og briller kan du kjøpe av oss!!

Instruktør; Magne Løvig

Spørsmål om kurset rettes til Magne på tlf; 90515941

Påmelding; Tryggivann.no (Søk klubb, deretter kurs...)