



HSK inviterer til INSTRUKTØRKURS 13-14.04 2013

HSK ønsker å få med «svømmeforeldre» på instruktørkurs. Vi trenger dere som hjelpetrener/trenere, oppmenn og støttespillere på kanten.

Dette er en mulighet til å få bedre forståelse for svømmeteknikk/oppbyggingen av svømmeartene, og lettere kunne følge med på utviklingen til barna.

Sted og tid:

Lørdag 13.04. kl. 10.00-18.00 teori + basseng på Remmen i Halden

Søndag 14.04. kl. 09.00-17.00 teori + basseng på Remmen i Halden

Kurslærer: Maria Forsstrøm og Sessa G Berg

Mat: Det vil bli servert brødlunsj lørdag og søndag. Frukt.

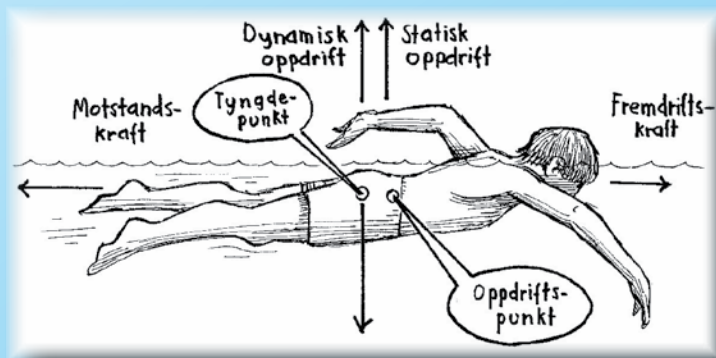
Kursdeltaker må ha med:

- Badetøy (kan være lurt med våtdrakt)
- Ekstra håndklær og t-skjorte/klær til å ha i svømmehallen
- Noe å notere på og med
- Godt med drikke (vannflaske)
- Lærevilje og godt humør

Spørsmål kan rettes Maria Forsstrøm 41615260 marfor@ostfoldfk.no

Vennlig hilsen

HSK



Påmelding:

Navn: _____

Mobil: _____

Mail: _____