

SUMARSUND

Sundnámskeið fyrir 3 ára og eldri.

Hópunum er skiptu upp eftir aldri og getu: 3 til 5 ára, 6 til 7 ára, 8 til 9 ára, 10 ára og eldri og einn hópur verður fyrir þá sem voru að æfa sund í vetur.

Námskeiðin verða haldin í sundlaug Akurskóla í Innri Njarðvík og sundlaug Heiðarskóla í Keflavík.

Námskeiðið kostar 5.000 kr.

Leitast er við að kenna yngstu börnunum vatnsöryggi og grunnhreyfingar sundtakanna með og án hjálpatækja. Markmið með kennslu eldri barnanna er að kenna þeim rétt sundtök án allra hjálpatækja.

Heiðarskóli og Akurskóli

Tímabil 1 = 14. - 30. júní

Tímabil 2 = 4. - 15. júlí

Hvert námskeið eru 10 skipti.

Kl. 8:30 - 9:20

Kl. 9:30 - 10:20

Kl. 10:30 - 11:20

Kl. 11:30 - 12:20

Kl. 12:30 - 13:20

Kennarar eru:

Sóley Margeirsdóttir,

Íþróttfræðingur og sundþjálfari
hjá ÍRB

Jóna Helena Bjarnadóttir, sundkona
og sundþjálfari hjá ÍRB.

Upplýsingar og skráning fer fram
fimmtudaginn 9. júní í
Vatnaveröld milli
kl. 16:00 - 18:00.

Yfirumsjón hefur Sóley Margeirsdóttir, íþróttfræðingur.

