



Sundnámskeið sunddeildar KR fyrir 5 - 7 ára börn sumarið 2015 í Vesturbæjarlaug



Þessi námskeið sem unnin eru í samvinnu við ÍTR í sundlaug Vesturbæjar hafa verið haldin í til margra ára. Auk sumarnámskeiða býður sunddeildin uppá sundæfingar og kennslu fyrir 5-7 ára börn í Sundskóla KR í Austurbæjarskóla og Sundhöllinni tvisvar í viku allan veturinn.

Aðalkennari á námskeiðunum er Halldór Kristiansen sem kennt hefur til margra ára hjá KR. Halldóri til aðstoðar eru 2 - 3 KR sundmenn sem eru ofan í lauginni með krökkunum til leiðsagnar og öryggis einnig auk þess sem þau fara með krökkunum í gegnum klefana og aðstoða við önnur byrjunarvandamál sem gætu komið upp. Almennt er miðað við 12- 14 börn að hámarki í hverjum hóp. Á námskeiðunum eru grunnhreyfingar sundsins kenndar og ýmsar æfingar kynntar til þess að venja krakkana við vatn, reglulega hreyfingu og góð sundtök.

- 1. Námskeið: 8. júní - 19. júní
- 2. Námskeið. 22. júní - 3. júlí
- 3. Námskeið: 6.júlí - 17. júlí
- 4. Námskeið: 4. ágúst – 14 ágúst

Hópur 1 kl. 09.00 – 9.45

Hópur 2 kl. 9.45 – 10.25

Hópur 3 kl. 10.30 – 11.10

Hópur 4 kl. 11.15 – 11.55



Skráning og greiðsla fer fram á heimasíðu KR <http://www.kr.is/sund/> .

Almennar upplýsingar er hægt að fá á netfanginu sund@kr.is .

Kennsla í hverjum hóp fer fram alla virka daga

Verð 7.700 krónur 10 skipti . 1. og 3. námskeið 7.100 sem verður 9 skipti vegna frídaga

Námskeiðsgjald skal greiða fyrir 1. tíma

Nánari upplýsingar um sunddeild KR má finna á www.sund.kr/sund og www.itr.is

