



Simkurs för vuxna

Kursen riktas mot dig som inte kan simma men gärna vill lära dig och dig som kan simma hjälpligt men vill förbättra tekniken och kunna simma bättre. Fokus ligger på att lära sig simma och vara bekväm i vattnet.

Simlärarna hjälper dig att hitta flytläget och balansen i vattnet. Du får träna på att flyta på rygg och mage och lär dig grunderna för bröstsim, inga förkunskaper krävs.

Fritidsföreningen sponsrar deltagandet i kursen som anordnas i Maserhallen av Borlänge Simsällskap. Kursen startar den 4 februari kl.16:00-16:50 och pågår i 8 veckor (vecka 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14)

Max antal deltagare är 8 personer. Om fler än 8 anmäler sig så lottas platserna ut.

Kostnad: Medlem i Fritidsföreningen betalar 600kr, Fritidsföreningen sponsrar resterande avgift. Ordinarie pris är 1200kr.

Friskvårdsbidraget kan användas för deltagaravgiften.

Anmälan görs till fritidsforeningen.borlange@trafikverket.se senast den 28 januari.

För mer information:

Kontakta Ylva Grufman på 010 123 1948