

Välkommen till Storsjöbadets simskola

Vi har olika grupper med olika förutsättningar och mål, men i slutändan så är målet att få era barn simkunniga som sista steg. Vi går efter SLS, Svenska livräddningssällskapet kunskapsstege och då kommer vi lära oss vattenvana som är trygghet, simteknik och livräddning.

Glöm inte att barn är unika därför lär de sig olika!

Kursen är 8x30 min (Sim- och livgrupperna är 8x45 min). En depositionsavgift på 120:- per barn i simskola (för entréarmband), betalas första gången på simskolan i receptionen. Detta armband tilldelas er för att ni ska slippa köa. Vid förlust tar vi ut en ny deposition för armbandet. Om barnet badar innan och efter simskolan så måste simskolebarnet, om det är under 12 år, ha en badande och betalande vuxen med sig p.g.a säkerhetsskäl.

Små regler och tips:

- Simskoleavgiften avser endast simskola.
- Medföljandekort finns att köpa till simskolan för vuxna, 500:- för 8 ggr. Medföljandekortet gäller alla dagar under ordinarie öppettider. (Under simskoleperioden)
- Vuxna får titta på första och sista gången, de övriga lektionerna får man sitta utanför undervisningsbassängen.
- Har du gått på simskola tidigare ta med simskolans kunskapsbevis första gången så vi kan fortsätta fylla i vilka märken du tagit.
- Inpassering till simskolan sker tidigast 20 min före lektion och utpassering senast 30 min efter. Det är viktigt att komma ut i tid efter simskolan annars tar vi ut en badentréavgift.
- Vi erbjuder gratis bad för eleven under simskoleomgången vid betalande medbadande vuxen.

Här följer lite information om våra grupper:

Plankton, 3 - 5 år: Vattenvanegrupp tillsammans med en förälder.

Maneten, 4 år fyllda: Vattenvanegrupp.

Pirayan, 4 år fyllda: Barnet ska ha stor vattenvana och kunna vara under vattenytan.

Pirayan fortsättning, 4 år fyllda: Kunna grundtekniken för arm- och bentag till bröstsimmet och flyta på magen själv.

Delfinen, 4 år fyllda: Här simmar vi med relativt god koordination av bröstsimmet under vattnet och flyter på magen själv.

Späckhuggaren, 5 år fyllda: Kunna simma ca 3 meter bröstsim med god koordination med huvudet under vattenytan och flyta på rygg själv.

Späckhuggaren fortsättning, 5 år fyllda: Kunna simma ca 5 meter bröstsim med god koordination med huvudet ovanför vattenytan och 3 meter liksidigt ryggsim.

Sim- och livgruppen, 5 år fyllda: Kunna simma 25 meter bröstsim samt 10 meter liksidigt ryggsim i motionsbassängen.

Sim- och livgruppen fortsättning, 5 år fyllda: Kunna simma 100 m bröstsim och 25 m liksidigt ryggsim i motionsbassängen.

Simskola, 8 - 12 år: Inga förkunskaper. Individuellt anpassad

Förtursrutiner som gäller:

Ni som går i simskolan blir automatiskt inbokade till nästa omgång och vi skickar ut ett mejl när ditt barn är inbokat. Denna bokning ses via vår hemsida www.ostersund.se/storsjobadet och under "simskola" så kan man gå in på "bokning" för att se den. Man loggar in sig med mejladressen samt lösenord som är barnets 6 första siffror i personnr. Betalning av förturskursen skall ske senast måndag den 4 december därefter avbokas kursen.

Lektionsplanering: Januari 2018

Veckodag	Lek 1	Lek 2	Lek 3	Lek 4	Lek 5	Lek 6	Lek 7	Lek 8
Tisdag	9 jan	16 jan	23 jan	30 jan	6 feb	13 feb	20 feb	27 feb
Onsdag	10 jan	17 jan	24 jan	31 jan	7 feb	14 feb	21 feb	28 feb
Torsdag	11 jan	18 jan	25 jan	1 feb	8 feb	15 feb	22 feb	1 mars
Fredag	12 jan	19 jan	26 jan	2 feb	9 feb	16 feb	23 feb	2 mars
Söndag	14 jan	21 jan	28 jan	4 feb	11 feb	18 feb	25 feb	4 mars

Lektionsinnehåll

Lektion 6 Bada med kläder samt genomgång av bad- båt- och isvett.

Lektion 8 Avslutning

Avbokning/förlorad lektion:

Betalning sker direkt via hemsidans bokning eller i receptionen

Avbokning skall ske 2 veckor före kursstart för full återbetalning. Vid senare avbokning tas en avgift ut på 250 kr. Dock ingen återbetalning efter kursens start.

Förlorad lektion kompenseras ej

Vi förbehåller oss rätten till ändring av datum och tid vid behov. Har ni några funderingar?

Mejla till; simskola.storsjobadet@ostersund.se eller ring till oss på 063-14 31 79.

Varmt välkomna önskar simlärarna