



SIMSKOLA 3 - 4 . BLÅVALEN – GRÖNA KRABBAN

Vi tränar vidare på det vi lärde oss på förra kursen.

Barnen tränar på att förlänga simsträckan.

Vi tränar balans samt tränar på crawlsparkar med hjälp av flytkorvar och grodplattor. .

Barnet tränar på att titta på och ta saker under vattnet och att hålla sig fast på förälderns rygg.

Barnet tränar både sittande o stående dyk "Pilen"

Vi tränar på allra första märket som är Baddaren grön.

KURSNENS MÅL

- Sparka sig fram själv med hjälp av flytkorvar och grodplattor.
- Simmar längre
- Tränar på Pilen (sittande o stående dyk)
- Att se och ta saker under vattnet.
- Hålla sig fast på förälderns rygg när de simmar.
- Tränar på märket Baddaren grön
- Tränar på märket Doppingen.
- Tränar på märket Krabban Blå.