



VESIRALLI I JA II -KURSSIT ALKAVAT

Järvenpään Uintiklubi järjestää **Vesiralli I ja II -kurssit** uinnista kiinnostuneille 6-11 vuotiaalle lapsille. Vesiralli on 4-osainen uinnin tekniikka- ja monipuolisuuskurssi. Kurssilla tutustutaan hauskasti ja haastavasti kilpauintitekniikan perusteisiin sekä harjoitellaan taitouinnin, uimahyppyjen ja vesipallon alkeita. Vesiralliryhmien opetus tapahtuu 25 metrin altaassa.

Kurssien yhteydessä kerätään vesirallivihkoon taitosuorituksia ja suoritetaan vesirallipinsskejä. Pinssien ja vesirallivihkon hinta sisältyy kurssin hintaan. Vesirallin opetusohjelma on Suomen Uimaliiton suunnittelema.

Paikka

Järvenpään Uimahalli

Aika ja kesto**Kurssi alkaa 10.1.2009** ja se sisältää 12 oppituntia.

Vesiralli II -kurssin jälkeen uimarilla on mahdollisuus jatkaa harrastusta taitojaan ja toiveitaan parhaiten vastaavassa ryhmässä – kilpauintikoulussa 1 tai 2 tai harrasteryhmässä.

Viikotunnit**Vesiralli I: sunnuntaina klo 11.30 - 12.30 monitoimiallas****Vesiralli IIA: lauantaina klo 14:30 – 15:30****Vesiralli IIB: lauantaina klo 14:30 – 15:30****Kurssin ohjaajat**

SUiL:n vesiralliohjaajakoulutuksen saaneet ohjaajat

Hinta

90€ (sisältää vesipetovakuutuksen) sisaralennus 10€

Sisältö

Vesiralli I -kurssilla sammakko ja kala pinssien suoritustaidot

Vesiralli II -kurssilla norppa ja delfiini pinssien suoritustaidot

Kurssivaatimukset

Uintitaito 25-50 m uintitaito omalla tyylillä

Vesiralli II -kurssille vesiralli I -kurssin taidot

IlmoittautuminenIlmoittautumisia otetaan vastaan **30.11.2008 klo 13** (vanhat kurssilaiset) ja **7.12.2008 klo 16** (uudet kurssilaiset) Uimahallin aulassa.**Kurssin hinta maksetaan käteisellä ilmoittautumisen yhteydessä.**

Maksun palautus ainoastaan lääkärintodistuksella.

Lisätietoja

Lisätietoja Vesiralleista antaa

Ahto Wahlström

050-3681081

