

Vuxensimning Vårterminen 2018



Vuxenmedley	Information Vårterminen 2018				
Start	Start vecka 2 med instruktörspass. Löpande årsvis.				
Dag & Tid	Måndag	20.00-21.30	Instruktör	bana 1-8+UV	Håsten
	Torsdag	05.30-07.00	Egen simträning	bana 6 7 8	Håsten
	Torsdag	20.15-21.15	Egen simträning	bana 5 6	Håsten
	Lördag	07.00-08.00	Egen simträning	bana 7 8	Håsten
	Söndag	08.00-09.30	Instruktör	bana 2 3 4 5	Håsten
	Söndag	14.00-15.15	Egen simträning	bana 5	Håsten
	Söndag	14.00-15.25	Egen simträning	bana 6	Håsten
	OBS! Vecka 6,7,8,13,14,15 finns det tillgång till 4 banor på torsdag kl 20.15-21.15.				
Simpass	Simpass skickas på mail samt finns i pappersform i pärm i silvriga skåpet i Hå simhall.				
Beskrivning	För dig som kan de fyra simsätten och vill utveckla simningen med en allsidig simträning i grupp. Åldrarna varierar från 20-70 år. Färdigskrivna simpas veckovis som är på 2000-3000 meter. Du ska ha eget simmaterial.				
Krav	Ska vara väl förtrogen med minst två simsätt.				
Målsättning	Kunna förstå och följa simpassen självständigt samt ha god förståelse för simtekniken i de fyra simsätten inkluderat starter och vändningar. Tävlingsförberedande.				
Bassäng	Håstens simhall, 25-metersbassäng, vårtermin. Veddige simhall, hösttermin Simstadion, 50-metersbassäng, sommar.				
Inställt	Aktuella ändringar publiceras på hemsidan. Vecka 8 - Sportlov Vecka 13 - Påskafton 31/3 och Påskdagen 1/4 Vecka 14 - Påsklov				
Öppet Vatten	Introduktion med instruktör lör 26/5 kl 08.00 i Simstadion, simträning därefter kl 9-10. Start lör 2/6 med instruktör (varje lördag) på Getteröns 1:a vik kl 08.30. Samling kl 08.15. Avslut lör 8/9 på Getteröns 1:a vik.				
Avgift	2800 kr kalenderår eller 1700kr för vårterminen samt 200 kr i medlemsavgift				
Anmälan	Gå in på www.varbergssim.se och anmäl under fliken Anmälan.				
Villkor	<p>Bekräftelse på bokning/kallelse</p> <ul style="list-style-type: none"> * När du bokar en kurs i Varbergs Sim, skickas alltid en bekräftelse/kallelse via e-post. * Vi har endast direktbetalning med kort. * Avgiften ska vara betald på förfalldatum. Om avgiften ej är betald i tid kommer en påminnelse att skickas ut (50 kr). <p>Avbokning</p> <ul style="list-style-type: none"> * Alla eventuella avbokningar eller önskemål om byten ska ske via e-post till info@varbergssim.se * Vid avbokning 14 dagar innan kursstart återbetalas kursavgiften med ett avdrag, en administrativ avgift på 250 kr. * Avhopp efter första kurstillfället debiteras med halv kursavgift, därefter debiteras hel kursavgift. Medlemsavgiften återbetalas ej. * Ej betald avgift räknas inte som avbokning. * Vid långvarig sjukdom betalas 80% av kursavgiften tillbaka mot uppvisande av läkarintyg. Medlemsavgiften återbetalas ej. * Observera att ni måste ta kontakt med oss via ovan angivna e-postadress för att göra avbokningen och eventuellt kunna få ersättning tillbaka. <p>Ändrade tider</p> <p>Vi kan behöva göra förändringar med grupper eller tvingas ställa in kurser. Då kontaktar vi er för att komma fram till en lämplig lösning. Är det färre än fem deltagare i en grupp har vi rätten att ställa in kursen och då återfår ni hela avgiften.</p>				