

# Vuxensimning Hötsterminen 2017



Vuxencrawl	Nybörjare Ht 2017		
Start & Avslut	Alt 1: v 38-41 – Start 19/9 & Avslut 12/10 Alt 2: v 45-48 – Start 7/11 & Avslut 30/11 Alt 3: v 38-47 – Start 23/9 & Avslut 25/11	2 ggr/vecka 2 ggr/vecka 1 ggr/vecka	tis- & torsdag tis- & torsdag lördag
Dag & Tid	Alt 1 & 2: Tisdag kl 20.00-21.00 och torsdag kl 20.15-21.15 Alt 3: Lördag kl 11.00-12.00 – ej v 41 (simtävling) & 44 (Alla helgons dag)		
Kurstillfällen	Åtta lektioner. Första lektionen är obligatorisk närvaro.		
Beskrivning	Motionssimmar du? Då är det ett måste att lära sig crawl. Crawl är det effektivaste och snabbaste simsättet, ett bra sätt att fettförbränna samt skonsamt för lederna.		
Målsättning	Kunna grunderna i crawl, förbättra bröstsimmet, utveckla vattenvana samt lära sig starta och vända.		
Krav	Simkunnig dvs 200 meter samt <u>mycket</u> god vattenvana dvs du ska obehindrat kunna doppa huvudet och blåsa ut under vattnet med näsan.		
Missat tillfälle	Du kan inte ta igen ett missat lektionstillfälle.		
Håstens simhall	25-metersbassäng. Insläpp till omklädningsrummet sker tidigast 30 min före lektionstid.		
Avgift	1700 kr i kursavgift samt 200 kr i medlemsavgift I avgiften ingår banhyra, lån av träningsmaterial vid åtta lektioner samt fri entré.		
Anmälan	Gå in på <a href="http://www.varbergssim.se">www.varbergssim.se</a> och anmäl uppe i högra hörnet under fliken <b>Anmälan</b> . Lägg upp ett personligt konto på SportAdmin, boka aktivitet. Anmälan är bindande.		
Ansvarig	Vid övriga frågor, vänligen kontakta Benedicte Balslev på <a href="mailto:info@varbergssim.se">info@varbergssim.se</a> eller 0760-18 18 58. Ni kan också hitta all information på vår hemsida <a href="http://www.varbergssim.se">www.varbergssim.se</a>		
Villkor	<p><b>Bekräftelse på bokning/kallelse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* När du bokar en kurs i Varbergs Sim, skickas alltid en bekräftelse/kallelse via e-post.</li> <li>* Väljer du att betala med pappersfaktura mot en fakturaavgift på 30 kr skickar vi en faktura samt kursinformation hem till dig. Väljer du att betala med e-postfaktura skapas en pdf-faktura som skickas till dig via e-post och finns även på ditt konto.</li> <li>* Avgiften ska vara betald på förfallodatum. Om avgiften ej är betald i tid kommer en påminnelse att skickas ut (50 kr).</li> </ul> <p><b>Avbokning</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Alla eventuella avbokningar eller önskemål om byten ska ske via e-post till <a href="mailto:info@varbergssim.se">info@varbergssim.se</a></li> <li>* Vid avbokning 14 dagar innan kursstart återbetalas kursavgiften med ett avdrag, en administrativ avgift på 250 kr.</li> <li>* Avhopp efter första kurstillfället debiteras med halv kursavgift, därefter debiteras hel kursavgift. Medlemsavgiften återbetalas ej.</li> <li>* Ej betald avgift räknas inte som avbokning.</li> <li>* Vid långvarig sjukdom betalas 80% av kursavgiften tillbaka mot uppvisande av läkarintyg. Medlemsavgiften återbetalas ej.</li> <li>* Observera att ni måste ta kontakt med oss via ovan angivna e-postadress för att göra avbokningen och eventuellt kunna få ersättning tillbaka.</li> </ul> <p><b>Ändrade tider</b></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>		