

SNORKLINGSKURSER HÖST 2018

SNORKLA MED OSS

Snorkling med mask, snorkel och fenor är grunden till de flesta undervattenssporter eftersom det ger ökad vattenvana och kroppskontroll. Vi erbjuder snorklingskurser på alla nivåer och för alla åldrar. Kurserna vänder sig till dig som redan är simkunnig (200m) och vill stärka din vattenvana och dina färdigheter som snorklare ytterligare – så du kan njuta av undervattensvärlden på ett kul, tryggt och säkert sätt.

Kurserna är nivåindelade enligt Nybörjare (Bronz/Silver/Guld-diplom) samt därefter Steg 1 – 6. Som deltagare kommer du vid första tillfället placeras i den kurs som passar dig, detta kan justeras under terminens gång vid behov/önskemål. HLR ingår både teoretiskt och praktiskt i kurserna. SSDF-certifiering ingår om kravuppfyllnad nås under kursterminen.

KURSTILLFÄLLEN

Kurstillfällena är söndagar 16:00 – 17:00 och vi träffas, omklädda och redo, inne i Linköpings simhall på läktaren till hoppbassängen. Mask, snorkel och fenor tar kursdeltagare med till kurstillfällena, viss utrustning finns dock att låna första för nya medlemmar. Direkt efter varje kurstillfälle ingår bassängtid för egen träning, fram till 17:30. Följande datum gäller för Nybörjare – Steg 3:

9 sep	16 sep	23 sep	30 sep	14 okt	21 okt	11 nov	18 nov	25 nov
----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

KURSAVGIFT

Kursdeltagare betalar kursavgift och föreningsmedlemskap. Utöver bassängtid och träning ingår en viktig försäkring genom SSDF, tidningen Sportdykaren, samt möjlighet att hyra utrustning (våtdräkter, båt, uv-moppar, mm).

Medlemsavgift 2018 _____	300/650* kr
Medlemsavgift 2018+2019 _____	450/900* kr
Kursavgift Snorkling 1 termin (Nybörjare – Steg 3, alla åldrar) _____	350 kr
Kursavgift Föräldrafriidykning 1 termin (inkl kursavgift Snorkling för 1 barn) _____	450** kr

* Det lägre priset gäller för medlem som är student eller max 20 år.

** Notera att Friidykning kan subventioneras genom Friskvårdsbidrag av din arbetsgivare.

Betalning sker antingen till PostGiro 69 02 32-4 eller med Swish till 073-4186635 (Erik Winther), ange Namn, Personnummer och Vad betalningen gäller. Av försäkringsskäl måste betalning vara genomförd senast efter första tillfället.

FRÅGOR

Läs på Isdk.se, maila snorkling@Isdk.se eller ring tränare Jan Berger på 0707-645 214.

LINKÖPINGS SPORTDYKARKLUBB

Linköpings Sportdykarklubb, LSDK, bildades 1966 och har idag 100 medlemmar aktiva inom klubbens verksamhetsområden Sportdykning, Friidykning, Undervattensrugby och Snorkling. Verksamheten följer Svenska Sportdykarförbundets riktlinjer och kursplaner.



LINKÖPINGS SPORTDYKARKLUBB

Välkommen till en ny snorklingstermin med Linköpings sportdykarklubb!