

Haminan Uimaseura ry. järjestää aikuisten uintitekniikkakurssin Linnoituksen uimahallilla keskiviikkoisin 6.3.2024 alkaen.

Kurssi kestää 10 viikkoa ja sen aikana käydään tarkasti lävitse selkä-, rinta- ja krooliuintien tekniikat.

Ryhmiä on kaksi:

1. ryhmä klo 17.30-18.15

2. ryhmä klo 18.15-19.00

Kumpaakin ryhmään mahtuu 10 uimaria.

Kurssin hinta on 120€. Hinta sisältää uimahallin sisäänpääsymaksun.

Jos ilmoittautuneita tulee kuusi tai vähemmän, ryhmät yhdistetään yhdeksi ryhmäksi. Se ryhmä toteutuu, kumpaan on enemmän ilmoittautuneita.

Aiemmin kurssilla olleet, joilla on suorituskertoja jäänyt väliin, voivat tulla korvaamaan niitä tälle kurssille. Ohessa kurssipäivät lajeittain:

Krooliuinti: 6.3. - 13.3. - 20.3.

Selkäuinti: 27.3. - 3.4. - 10.4.

Rintauinti: 17.4. - 23.4 (Huom! Tiistai) - 24.4.

Kertaus/käännökset ym. 15.5.

Vappuna 1.5., eikä helatorstain aattona 8.5. kurssia ei pidetä.

Ilmoittautumiset Santtu Pärssiselle: santtu.parssinen@hamina.fi / 040-5134395

Tervetuloa mukaan opiskelemaan uinnin saloja!



