



Termins-PM



Ansvar Respekt Trygghet

Välkommen till SSS Vuxensim HT-22

UPPSTART

Terminen sträcker sig från v 35-50 med undantag **v44 då** det är Höstlov. **Vårterminen** är mellan v2-18

LEKTIONEN

Lektionstiden för vuxensimskolan är 40 minuter.

	Nybörjare	Fortsättning
Plats:	Undervisningsbassängen, Sydpoolen	Motionsbassängen, Sydpoolen
Dag:	Måndagar	Onsdagar
Tid:	19:00	19:00

Det är inte tillåtet att bada i Sydpoolens bassänger före eller efter lektionen.

SKÄRMFÖRBUD

Skärmförbud råder i Sydpoolen, undantaget läktaren i tävlingsbassängen där det finns möjlighet att sitta och arbeta. Fotoförbud gäller i hela badet.

BETALNING

Fakturan skickas via e-post. På fakturan finner Ni det OCR nummer som ska användas vid betalning.

Avgiften för en termin i simskola är 1890:- + 200:-/år i medlemsavgift.

Om avbokning görs efter kursstart debiteras 200:- i avbokningsavgift och ytterligare 100:- per lektionstillfälle som passerat, detta gäller inte om du påbörjat din kurs – vi gör ej återbetalningar.

INPASSERING

Entrékort delas ut vid kursstart i entrén på Sydpoolen. Kortet måste användas vid varje inpassering varje vecka. Vid förlorad biljett kan en ny köpas för 50:-. Går biljetten sönder byts den till en ny på SSS sportkontor utan kostnad.

ÖVRIGT

Sjukdom och annan frånvaro vid enstaka tillfällen behöver inte anmälas. Det finns tyvärr inte möjlighet att simma igen missade tillfällen. Vi kompenserar inte heller tillfällen som blir inställda på grund av faktorer vi inte kan styra över, till exempel vattenkvalitén och brister i övrig simhallsmiljö. Medtag eget hänglås.



Termins-PM



Ansvar Respekt Trygghet

MÅL OCH VERKSAMHET

I Södertälje Simsällskap arbetar vi utifrån *En svensk Simlinje*. *En Svensk Simlinje* är ett pedagogiskt instrument för föreningen som, med hänsyn till simmarens utveckling, steg för steg visar hur man når simkunnighet via vattenförståelse och teknikövningar.

Vi börjar alltid med att bygga upp en **rörelseförståelse i vattnet** vilket leder till att du får en vattenkompetens. När du nått så långt är du redo att lära dig simsätt som Bröstsims, Crawl, Ryggsims, Fjärilsims.

Huvudtränare för Vuxensimskolan är Catharina och Annika

Hur länge tar det för mig att lära mig simma?

Det är väldigt individuellt. Det första steget för att bli simkunnig är att bli vattenvan. Med vattenvana menas att du kan röra dig obehindrat i vattnet, kan glida horisontellt med ansiktet i vattnet och inte känna obehag att få vatten i ögon, öron och näsa.

KONTAKT

Sportkontoret har telefontid mån-tor 14:00-15:00 på telefon **08-550 30444**. Det går även att mejla till info@sss.se. Mer information hittar Ni på vår hemsida www.sss.se

Varmt välkomna till en ny termin i Södertälje Simsällskap!

