# Påmelding til crawl kurs vinteren 2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Opplysningar om deltakar:** | | | | | | | | | | | | | |
| Namn: | | |  | | | | | | | | | | |
| Fødselsår: | | |  | | | | | |  | |  | |  |
| Pris for kurs à 10 gonger: kr. 2.000,- (kr. 1.100,- dersom årskort)  Oppstart onsdag 15. januar 2025 (obs: onsdag 23.02. i vinterferie utgår).  Ønskjer å melda på til følgjande kurs: | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | Onsdag kl. 18:00 – 18:50 | | | | | |  | |  | |  | |
| Har du litt erfaring med crawl frå tidlegare? | | | | | | | | | | | | | |
| JA | | |  | | NEI |  |  | | | | | | |
| Kommentar: | | | |  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | |
| Kurset høver for deg som kan symja, men som ikkje har så mykje erfaring med crawl og/eller ønskjer ein raskare og meir effektivt symjeteknikk. Her gjennomgår me dei grunnleggjande prinsippa i crawl som linje, armtak, bein­spark og pust. | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | |  | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Opplysningar om fakturamottakar:** | | | | | | |
| Namn: |  | | | | | |
|  | | | | | | |
| Adresse: |  | | | | | |
|  | | | | | | |
| Fødselsdato (fakturamottakar): | |  | E-post: |  | Telefon: |  |
|  | | | | | | |

|  |
| --- |
| **Ytterlegare opplysningar:** |
| * De vil motta faktura i samband med betaling for kurset * Møt i god tid, slik at du er klar i bassenget til timen startar * Du må ha symjebriller |

Påmelding snarast!

**Me tek atterhald om nok påmelde!**

Ved spørsmål; send e-post til: [Bomlo.symjehall@bomlo.kommune.no](mailto:Bomlo.symjehall@bomlo.kommune.no) eller ring 908 03 867 (dagtid).