

SIMSKOLESTIG

BARN		VUXNA
UNDER SKOLÅLDER	SKOLÅLDER	Över 15-år
<p>BABYSIM 3 mån – 1 år Barnet bör väga minst 5 kg för att kunna hålla sig varm i vatten som är minst 32 grader. Målet är att göra barnet van vid vattnet.</p>	<p>SKOLBARNENS NYBÖRJARSIMSKOLA För barn över 7 år. Målet är att vänja sig vid vattnet och öva vattenfärdigheter.</p>	<p>VUXNAS NYBÖRJARSIMSKOLA För vuxna utan simkunnighet. Målet är att vänja sig vid vattnet och lära sig grunderna i simning.</p>
<p>SMÅBARNSSIM 1-3 år Målet är att barnet ska känna sig tryggt i vattnet.</p>	<p>SKOLBARNENS FORTSÄTTNINGSSIMSKOLA För barn över 7 år som kan dyka, glida och flyta. Målet är att lära sig grundläggande simteknik.</p>	<p>VUXNAS FORTSÄTTNINGSSIMSKOLA För vuxna som kan dyka och ligga avslappnat i simställning. Målet är att stärka simförmågan och förlänga simsträckan.</p>
<p>FAMILJESIMSKOLA För 3–4-åriga barn. Målet är att vänja sig vid vattnet och öva vattenfärdigheter.</p>	<p>SKOLBARNENS SIMTEKNIK 1 För barn över 7 år som kan simma 25 meter både på mage och rygg. Målet är att lära sig grunderna i simteknik.</p>	<p>VUXNAS SIMTEKNIK 1 För vuxna som kan simma minst 25 meter, både på mage med ansiktet i vattnet och på rygg. Målet är att hitta en bra simställning och lära sig simningens grundtekniker.</p>
<p>SIMSKOLA FÖR FÖRSKOLEBARN För 5–6-åriga barn. Målet är att vänja sig vid vattnet och öva simfärdigheter.</p>	<p>SKOLBARNENS SIMTEKNIK 2 För barn över 7 år som har gått simteknik 1-kursen och kan simma 50 meter både på mage och rygg. Målet är att utveckla simtekniken.</p>	<p>VUXNAS SIMTEKNIK 2 För vuxna med tidigare teknikinläring som kan simma 200 meter. Målet är att utveckla tekniken och lära sig vändningar.</p>
<p>FORTSÄTTNINGSSIMSKOLA FÖR FÖRSKOLEBARN För 5–6-åriga barn som kan dyka, glida och flyta. Målet är att lära sig grundläggande simteknik.</p>	<p>SKOLBARNENS SIMTEKNIK 3 För barn över 7 år som har gått simteknik 2-kursen. Målet är att lära sig rätt simtekniker.</p>	<p>VUXNAS SIMKLUBB För vuxna som har gått simteknikkurser. Målet är att upprätthålla och utveckla simförmågan.</p>
<p>SIMKLUBB FÖR FÖRSKOLEBARN För 5–6-åringar som har gått fortsättningskurs och kan simma 5–10 meter både på mage och rygg. Målet är att förlänga och stärka simsträckan.</p>	<p>HOBBYGRUPP FÖR SKOLBARN För skolbarn som har genomgått simteknik 3, med målet att upprätthålla och utveckla simförmågan.</p>	
<p>GRUNDLÄGGANDE SIMTEKNIK FÖR FÖRSKOLEBARN För 5–6-åringar som har gått simklubb och kan simma 10 meter både på mage och rygg. Målet är att lära sig grunderna i simteknik.</p>		