



## HANINGE SPORTDYKARKLUBB

### FRIDYKARSKOLA VT-2019

Tycker du om att bada och simma, kanske rentav vara mer under ytan än ovan och vill lära dig grunderna för Fridykning? - Då är det dags att anmäla sig till vårens Fridykerskola som hålls i Torvalla Simhall vid 6 tillfällen med start lördag 8 september.

Du som elev får lära dig grundläggande färdigheter i snorkling, fridykning och livräddning. Efter genomgången kurs får du ett kursintyg, de diplom som du klarat samt möjlighet att fortsätta träna på klubbens ordinarie träningar.

Lämplig ålder ca 10-15 år, klara 200m simning samt ha god vattenvana för att gå Fridykerskolan.



Tider:

Lördagar 8:30 – 10:00, med samling utanför kassan i Torvalla Simhall kl 8:30

Följande datum: 19/1, 26/1, 2/2, 9/2, 16/2, 9/3 (reserv 16/3)

Kostnad: 600 kr.

Fridykerskolan följer Svenska Sportdykarförbundets, SSDFs, utbildningsplan för fridykare. Under kursen kommer du att få möjlighet att förvärva SSDFs Snorkeldiplom i de olika valörerna. Samtliga våra instruktörer är certifierade enligt SSDFs utbildningsprogram för Fridykarinstruktörer

I kursavgiften ingår medlemskap i Hanninge Sportdykarklubb HSDK och Svenska Sportdykarförbundet SSDF med bla följande förmåner; Tidningen Sportdykaren, Dyk-försäkring genom Folksam, Rabatter och erbjudanden mm. Mer info om detta finns att läsa på klubbens och förbundets hemsida.

Efter avslutad Fridykerskola får du deltaga vid klubbens träningar i Torvalla Sporthall under klubbens träningstider.

Anmälan: Skicka din intresseanmälan till [info@hsdk.org](mailto:info@hsdk.org)

Antalet platser är begränsat. För att få garanterat plats - anmäl dig så fort som möjligt

Mer info: <http://www.hsdk.org/fridykning>