



## HANINGE SPORTDYKARKLUBB

### FRIDYKARSKOLA

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 Fridykaraskolan, som hålls i Torvalla Simhall vid 6 tillfällen med kursstart januari eller 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 Fridykaraskolan.



Tider:

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

Kostnad: 600 kr.

Fridykaraskolan 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 Fridykaraskola får du deltaga vid klubbens träningar i Torvalla Sporthall under klubbens träningstider.

Anmälan: Fyll i anmälningsformuläret som du hittar på <http://www.hsdk.org/fridykning/>

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

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