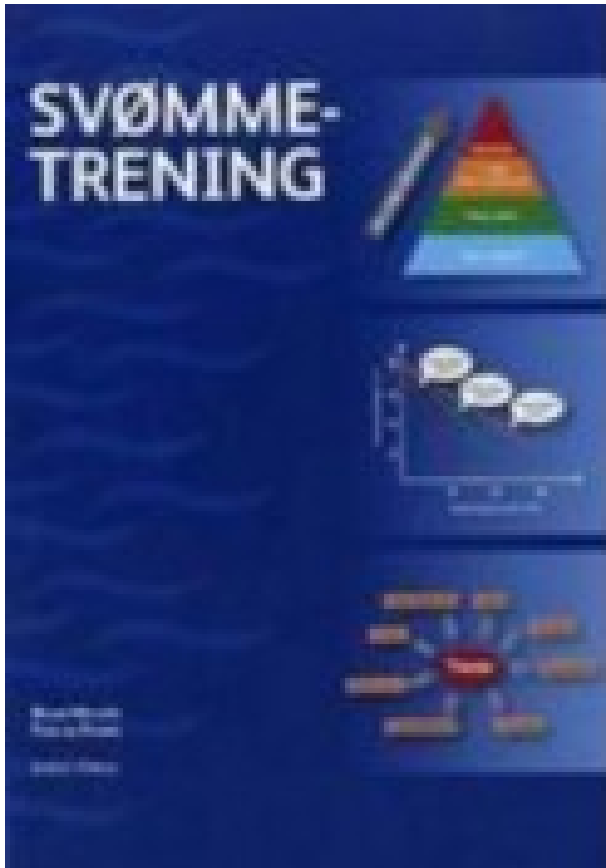


Svømmetrening



Forfatter:	Ørjan Madsen og Tore De Faveri
Forlag:	Bodoni Forlag
Sprak:	Bokmål
Antall sider:	364
ISBN/EAN:	9788271286781
Kategori:	Båt og sjøliv
Utgivelsesår:	2013

[Svømmetrening.pdf](#)

[Svømmetrening.epub](#)

Boken er skrevet for svømmetrenere på alle nivåer og viser hvordan en utviklingstilpasset svømmetrening kan gjennomføres. Den tar for seg grunnleggende fysiologi og treningslære, treningsplanlegging, trening av svømmespesifikk utholdenhet, styrke og bevegelighet, idrettspsykologi og svømmerelevante tester.

STriK med nytt styre for 2017. Under gårsdagens årsmøte ble det etter innstilling fra valgkomiteen, valgt nytt styre for 2017. Styret er som følger. Aktiviteter i 2017. Lett svømmetrening Barn Trondsletten mandager kl 1700 - 1830. Lett svømmetrening Ungdom Trondsletten mandager kl 1900 - 2030. Svømmetrening har en hest som skulle prøvd svømmetrening på. Hun har hatt forskjøvet bekken og gått lenge med det Behandles for det nå og bltt anbefalt svømmetrening Mvh Oddny 17 April - NKK Bergen med Bendit og Honey.

Bendit fikk Cert, Bir, Cacib og ble Champion, mens Honey stilte veteran, og fikk cert, bir veteran og ck. Vi er fornøyde. 29.05 - Open Water Svømmetrening 07.

06 - PÅMELDINGSFRIST 05.06 - Open Water Svømmetrening 06.06 - Møte for Funksjonærer 09.

06 - Rigging og klargjøring Svøm langt 2018 – Svøm deg til KOS. Norges største mosjonskampanje. Svøm deg til Kroatia / Svøm langt 2017 er avsluttet. Svøm deg i form. Svømming er en. Svømmetrening høst

2016/vinter 2017. Svømmetrening i Tønsberg svømmehall med nye svømmetider fra og med 29/9: Torsdager kl. 20:45 - 22:00 (i vannet fra kl. 20. Superlang har et stort badeland og et lekeland med klatrevegg, minigolf, klatrebane og lekelabyrint. Quality Om barnehagen.

Nedenesåsen barnehage er godkjent som heldags barnehage for barn i alderen 0-6 år. Vi har godkjent leke- og oppholdsareal på 81 kvm som betyr at vi. Vi respekterer hverandre for det vi står for.

Vi er offensive og står sammen.

Lambertseter Svømmeklubb skal være kjent i Europa for fart og glede i vann.