

PINGVINEN

I pingvinen bygger vi vidare på grunderna i ryggsim och bröstsim. Det är framför allt benta och armtag som ligger i fokus.

Detta är den första gruppen i verksamheten som har träning i 25m-bassängen. Träningstiden är 30 minuter.

Här tränar barnen tillsammans med tränare och övriga barn i gruppen.

Målet är att barnet i slutet av sin tid i pingvinen ska kunna simma 10 meter bröstsim och ryggsim, samt flyta i 10 sekunder och kunna hoppa utan stöd från valfri kant på bassängen.