Tirsdag 25. november 2008 UNGSPORT

ungsport@budstikka.no

Hoppet i det på kurs

Jonas A. Bernstein

Svømming. Nesten daglig er svømmehallene fylt opp av ivrige barn og unge på svømmeopplæringskurs. – Alle burde kunne svømme, er den klare talen fra de aktive barna.

– Nå skal alle svømme rygg over til andre siden så fort de kan, lyder det fra svømmeinstruktør Suzanne Crocher.

Stedet er Nadderudhallen og klokken er litt over 18. Midt i beste middagstid skulle man tro, men hallen er full av barn i alle aldre som er på svømmekurs med Bærumssvømmerne. Slik er det hver helg. Gruppen til Suzanne heter Sel, som er det første nivået i den videregående opplæringen. Barna sparker fra kanten og snart plaskes det med både armer og bein. Teknikken er god hos de fleste, men de har fortsatt litt igjen før de kan skryte av å være Haier, som er det høyeste nivået.

Under vann

Markus Aagedal (8) og Hedvig Venbakken (8) er to av deltagerne. Tross sin unge alder, har de vært med på kurs i mange år og begge er nå snart ett med det våte element.

– Det er gøy å være på svømmekurs, for da lærer vi å svømme, smiler Hedvig.

– Det er mange morsomme aktiviteter. Vi svømmer på mange forskjellige måter og så får vi hoppe fra stupebrett, skyter Markus inn.

– Det å få lov til å prøve seg fra stupetårnet på slutten av treningen synes å falle i smak hos de fleste. Markus var den eneste som turte å kaste seg ut fra 5-meteren:

– Jeg får sug i magen av å hoppe derfra, forklarer han.

En annen ting de trives godt med er å svømme under vann.

– Det er gøy og spesielt å se når man er under overflaten, forklarer Hedvig.

– En gang var jeg på ferie på Maldivene. Der så jeg klovnefisker da jeg badet. Jeg synes det er spennende å se under vann og være nær bunnen, sier Markus.

Fremskritt

Suzanne Crocher er 18 år og instruktør på Bærumssvømmernes svømmeopplæring. Hun trives godt som trener og skryter av gjengen sin.

– Det er veldig koselig. Man får et godt forhold til de man trener, og det er gøy å se hvor flinke de blir, forteller hun.

Hun har fulgt mange barn gjennom deres svømmeutvikling.

– Det å se at noen går fra å nesten ikke kunne svømme, til at de klarer seg helt på egen hånd i bassenget uten hjelp, gjør meg stolt. Da vet jeg at jeg har gjort noe riktig som trener, sier Suzanne.

Hedvig har hatt stor glede av opplæringen hun har fått og gjør en ting klingende klart:

– Alle burde kunne svømme!

JUBEL: Markus Aagedal, Hedvig Venbakken, Magnus Trandokken, Oscar Gossiås, Halvor Brunt, Eirin Hernes, Aina Aalvik, og Phil[illegible] Kristensen synes det er topp å gå på svømmerkurs.

ALLE FOTO: TO

NYTTIG: Både Hedvig Venbakken og Markus Aagedal forteller at de har lært mye på svømmekurs.

HOPPER I DET: På slutten[illegible]ingen får man lov til å hoppe. Her er Magnus Trandokken i lufta[illegible] fra 3-meteren.

Her finner du svømmekurs

Disse to svømmeklubbene tilbyr svømmeopplæring etter Norges Svømmeforbunds prinsipper:

Bærumsvømmerne:
Har hvert år over 1.500 deltagere på svømmeopplæring.

Tilbyr kurs for alle fra 2 år og oppover, også voksne.

Tilbyr også egne kurs for barn og unge med spesielle behov som psykiske eller fysiske handikap.

Kurssstart i august, november og februar. Kursene går over 10 uker.

Har også mange intensivkurs som starter før sommerferien.

Opplæringen foregår i Nadderudhallen, Bergerhallen [illegible] skole og på Hundsund.

For mer info, priser og [illegible]ding; se www.barumsvom[illegible] no eller ring 456 10 980.

Asker svømmeklubb:
Har hvert år nesten 2.00[illegible]gere på svømmeopplærin[illegible]

Tilbyr kurs for alle ald[illegible] gravide og nyfødte til vo[illegible] pensjonister.

Vinter/vår 2009 arrang[illegible] to kursrunder à 10 ganger[illegible]

Opplæringen foregår i [illegible] svømmehall og Risenga svøm[illegible]

For mer info, priser og [illegible]ding; se www.askersvom.[illegible] ring 66 84 83 72.

tips oss på telefon
66 77 02 18