**TEČAJ PLAVANJA - 19.6., 20.6. in 21.6. 2023**

 **1.A, 1.B, 1.C, 1.D**

**Spoštovane dijakinje in dijaki,**

v tednu OIV/IND bo organiziran tečaj plavanja za dijake 1. letnikov PV. Potekal bo **v ponedeljek, 19.6., torek, 20.6. in sredo, 21.6.2023 v** **Atlantisu** ( BTC ). Tečaj bo trajal vsak dan 3 polne, oz. **4 šolske ure,** **od 11.00 do 14.00.** **Zbor** pred Atlantisom bo ob **10.30.**

Na tečaju **potrebujete:**

**kopalke** (tudi rezervne ), **brisačo in kremo za sončenje**, saj boste ob lepem vremenu lahko v zunanjem bazenu. Plavalne kape niso obvezne, priporočamo pa **natikače**. Sušilci za lase so na voljo.

Ker boste v času tečaja odjavljeni od šolske malice, imejte s seboj kakšen **prigrizek in plastenko z vodo.**

Obvezno mi prosim sporočite ( v kolikor še niste ), če imate kakršnekoli **zdravstvene težave**, kot npr. epilepsija, astma, sladkorna bolezen, težave s srcem…in če ste **neplavalci** ali če je vaše znanje plavanja slabo.

Vsak dan sproti, na začetku in ob koncu tečaja, se mi morate javiti zaradi **podpisa prisotnosti!**

Na tečaju se boste seznanili z naslednjimi **vsebinami**:

**\***Prilagajanje na vodo z različnimi pripomočki, poligoni in igricami.

**\***Lebdenje na vodi hrbtno/kravl, osnove tehnik kravl, hrbtno, prsno.

**\***Osnovna pravila reševanja iz vode ter varna organizacija osnovnih skokov v vodo.

**Cena** tečaja na dijaka za 12 urni plavalni tečaj znaša 38,00 EUR.

Cena vključuje: kopališko karto, učitelje plavanja in rekvizite.

**Vodja tečaja: Maja Macarol**