

# Skidskola i klassisk längdskidåkning för vuxna

arrangeras av

IK Hakarpspojarna

Vill Du bli en bättre längdskidåkare? Under vintern kommer vi att hålla en skidutbildning för nybörjare till medelgoda åkare. Du får lära Dig alla moment som ingår i klassisk skidåkning, träningsupplägg, grundläggande moment i vallning samt kunskap om utrustning. Du tränar under ledning av erfarna skidåkare och skidtränare.

Var: IK Hakarpspojarnas anläggning i Huskvarna. Konstsnöanläggning finns.

När: Varje torsdag med början 14 januari 2016 fram till 11 februari 2016. Kl. 18.30-20.00.

Omklädning: Dusch och bastu finns på anläggningen.

Pris: 900 kr. I detta ingår kurs, spåravgift, ombyte med dusch, after ski samt och avslutningsmiddag.

Deltagare: Max 30 personer. Förkunskaper är inget krav. Egen utrustning krävs.

Anmälan: **Senast 1 december 2015** till [kansli@ikhp.se](mailto:kansli@ikhp.se) eller 036-133054. Bankgiro: 920-2987

Kursavgiften betalas in vid anmälan. Ingen återbetalning undantaget sjukdom med läkarintyg.

Information: Tel dagtid IKHP kansli 036-133054. Kväll Göran Siebers 0761139372.

Mail: [kansli@ikhp.se](mailto:kansli@ikhp.se)

## *Välkommen!*