

# Skidskola i klassisk längdskidåkning för vuxna

arrangeras av

**IKHP**

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: IKHP:s anläggning i Huskvarna. Konstsnöanläggning finns.

När: Varje onsdag med början 9 januari 2019 fram till 6 februari 2019. Kl. 18.30-20.00.

Omklädning: Dusch och bastu finns på anläggningen.

Pris: 900 kr. I detta ingår kurs, spåravgift vid träningstillfället, ombyte med dusch, after ski och avslutningsfika.

Deltagare: Max 35 personer. Förkunskaper är inget krav. Egen utrustning krävs.

Anmälan: Senast 18 december 2018 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 David Siebers 0734004577. Mail: [kansli@ikhp.se](mailto:kansli@ikhp.se)

Observera: Ifall det är dåligt med snö skjuter vi kursen en vecka så vi startar 16 januari 2019 och avslutar 13 februari 2019.

Välkommen!

