

# SKIDSKOLA /TRÄNING FÖR BARN

FRÅN 6 ÅR OCH UPPÅT

Grunderna i längdskidåkning genom lekar och roliga övningar



När: Tisdagar start 8 januari kl 18.30-19.30  
7 ggr fram till och med 19 februari

Plats: VOK-stugan

Utrustning: Om du inte har egen så får barnen låna utrustning (pjäxor, skidor, stavar) av klubben i samband med skidskola/träning.

Föräldrar får självklart också låna utrustning och delta i träningen.

Kostnad: Medlemskap i Visborgs OK.  
Information och ansökningsformulär på [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)

För samtliga pass gäller att man är ombytt och klar med skidor vid angiven tid. Ledare finns på plats från ca kl 18.00. Träning sker oavsett väder och snöförhållanden. Finns ingen snö blir det barmarksträning.

Ledare: Sonja, Tiina, Anders och Peter

Kontakt: 072-5769442 (Sonja)

2019-01-01

VISBORGS OK – SKIDSKOLA/TRÄNING FÖR BARN



