

Skidskola

Gruppen riktar sig i år till barn som fyller 6 år under året eller är äldre.

Allmän beskrivning

- Pargas if:s skidskola är en motionsgrupp för unga skidåkare som önskar att lära sig grunderna inom skidåkning.
- Gruppen tränar under vintern en gång i veckan.
- Att delta i gruppen förutsätter inte att man har tidigare erfarenhet av skidåkning.
- Träningarna är lekbetonade och man lär sig grunderna inom klassisk- och fristilsåkning.
- Målsättningen för gruppen är att ha roligt, utveckla teknik, balans och koordination samt att ge en positiv bild av skidåkning.
- Under träningarna indelas skidgruppen i mindre grupper beroende på vilken nivå barnen är. Gruppindelningen är inte åldersrelaterad. Därmed kan en del barn också bli förflyttade till "Team 10" gruppen
- De som deltar i skidskolan får också delta i tävlingar om man vill.
- Föräldrar får gärna hjälpa till under träningarna. Ifall man är osäker får man gärna fråga tränarna på vilket sätt man gör mest nytta.
- Köldgränsen för skidskolan är -15 °C

Träningar

Vinter (vanligen januari –mars, beroende på snöläget)

- **Tisdag kl. 18.00 – 19.00** Skidning i Finby

Utrustning

- Klädsel enligt väderlek. Rekommenderas att ha mjuka och inte för varma kläder . När man skidar och rör på sig får man fort varmt och blir svettig.
- Skidor, monor och stavar. Märk all utrustning! Ifall man inte har egen utrustning kan man låna från skidoteket.

- Vänd er till någon av ledarna ifall ni har frågor om utrustningen.
- Det är bra om du har fäste under skidorna innan träningen. Skidskolan fokuserar på klassisk åkning och därmed är de flesta träningar inom klassisk stil.
 - Vallaråd:
<https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lajit/hiihto/huolla-suksesi.html>
- Vid behov kan ni få hjälp med att få fäste på era skidor. Viktigt att du då kommer tidigare till träningen.
- Ifall skidskolan har fristilsträning skall fästvallen borttages innan träningen. Det är inte nödvändigt att ha skild utrustning för fristilsåkning. Ledarna meddelar innan eller se på programmet ifall det är fristil.

Avgifter

- **Skidskoleavgiften** är 30 euro. **DE SOM DELTAR I SKIDSKOLAN ÄR OFÖRSÄKRADE.** Vi rekommenderar därför att alla går in på suomisport.fi och skaffar ett Ski-pass (25 euro). Med Ski-passet erhåller du förutom en försäkring (som täcker både träningar och tävlingar) även en licensdel som ger dig rätt att delta i alla regionens tävlingar.

Avgiften ger dig rätt att delta i ledna träningar, Ski-cupen och andra tävlingar utan extra kostnader.

Föreningens önskemål av skidåkaren och föräldrarna

- Följer spelreglerna
- Representerar föreningen i god sportslig anda.
- Föreningen uppskattar om man deltar i talkoverksamhet och säljer Ullmax.

Kontaktperson

Sanna Häggström (tel. 050-5274066) shaggstrom76@gmail.com