

Fritidsföreningen i samarbete med Tynell Activity erbjuder skidkurstillfällen på Lugnets skidstadion i Falun

- Grupp 1 - 11 januari 17:00 – 18:30 (Nybörjare)
- Grupp 2 - 18 januari 17:00 – 18:30 (Mer van skidåkare)
- Grupp 3 - 20 januari 17:00 – 18:30 (Elitmotionär)
- Grupp 4 - 20 januari 18:45 – 20:15 (Skate)

Kurserna delas in i 4 olika nivåer, se nedan. Vid anmälan, ange vilken grupp du vill delta i. Max 10 deltagare per tillfälle (Elitmotionärer, max 7 deltagare). Om det blir fler anmälda så kan vi utöka med ytterligare kurs med samma datum, kl 18:45-20:15.

**Grupp 1 Nybörjare/Ovana skidåkare:** För dig som precis kommit på skidor och vill lära dig grunderna för att komma vidare och skapa roligare förutsättningar.

**Grupp 2 Mer van skidåkare:** För dig som åkt skidor ett tag och känner att grunden är okej men vill få ytterligare några tips, feedback och förslag på övningar för tekniken.

**Grupp 3 Elitmotionär:** För dig som åker skidor regelbundet och även tränar för skidåkning sommar och höst. Troligtvis har du eller kör några skidlopp under vintersäsongen

**Grupp 4 Skate:** För dig som vill lära dig skate eller förbättra din teknik.

Anmälan: Senast 3 januari till:  
[fritidsforeningen.borlange@trafikverket.se](mailto:fritidsforeningen.borlange@trafikverket.se)

Pris: Ordinarie pris är 495kr per person. Fritidsföreningens medlemmar betalar 250 kr per person. Erbjudandet gäller endast medlemmar.

Betalning: 255 kr swishas den 6 januari (en kalenderpåminnelse kommer om betalningen)

Anmälan är bindande

För mer information, kontakta Ylva Grufman