



INBJUDAN SOMMARSKIDSKOLAN 2019

Skidor på sommaren? Absolut! Sundbyberg IK:s Sommarskidskola är ett dagläger för såväl nybörjare som tävlingsvana ungdomar. Vi ägnar dagarna åt rullskidåkning och andra skidlika aktiviteter, lekar och träning. Skidskolan leds av Sundbybergs IK Skidors juniorer.

NÄR: Fredag 16 augusti – söndag 18 augusti 2019, kl 9–15 varje dag. För föräldrar går det bra att lämna från kl 8 och hämta före kl 16.

VAR: Ursviks motionsgård i Sundbyberg.

ÅLDER: 8–16 år. Det kommer att finnas grupper för både nybörjare som aldrig stått på rullskidor och tävlingsvana ungdomar som vill köra hårdare sommarträning.

MAT: Lunch och mellanmål ingår. Meddela allergier!

UTRUSTNING: Träningskläder för alla väder, stavar, hjälm, handskar, reflexväst och knäskydd. Ta med rullskidor och pjäxor om du har. Det finns en del rullskidor och pjäxor att låna. Vi har inga stavar för rullskidåkning att låna ut. Du kan använda dina vanliga skidstavar men byt till rullskidspetsar.

ANMÄLAN: Du anmäler dig per mejl till sommarskidskolan@mail.com. Uppge namn, personnummer, eventuell klubb och allergier samt telefon till någon anhörig. Ange även din förmåga att åka rullskidor: Nybörjare, har åkt en del eller van rullskidåkare. Uppge om du behöver låna rullskidor (bindning Rottfella eller Salomon). Antalet platser är begränsat. Anmälningar accepteras i turordning. Frågor hänvisas till mejl eller telefon till Cecilia Sjöholm (Cecilia.sjoholm@sh.se) 0733199612 eller Mårten Snickare (Marten.snickare@arthistory.su.se) 0705246691

Kostnad för lägret är 1150 kr för medlemmar i Sundbybergs IK och 1400 kr för icke medlemmar. Pengarna sätts in på klubbens pg 77 39 68-3 i samband med anmälan (uppge namn). Vid anmälan ange önskad tröjstorlek. Sista anmälningsdatum är 30 juni. Vid avbokning efter 16 juli återbetalas inte avgiften.