

# LÄR DIG ÅKA SKRIDSKOR MED OSS!

*Genom lek och rörelse lär vi oss skridskoåkningens grunder.*

**Söndagar med start 9 oktober (HT) / 15 januari (VT)**

## Barn-Ungdom

08:05 Samling med avprickning

08:15 - 09:00 Träning på is

## Tonår-Vuxen

09:50 Samling med avprickning

10:00 - 10:45 Träning på is

11:00 - 11:40 Träning på mark

## Utrustning

Skridskor, hjälm, vantar samt varma och **smidiga** kläder.

**Märk hjälmen med åkarens namn.**

I skridskoskolan går det bra att använda vilka skridskor som helst, men vi rekommenderar att använda **skridskor med hårt skaft och snörning.**



# IFK Västerås Konståkningsklubb

**mimer**   MÄLARSMIDE

*Norströms entreprenad*



Hemsida: [www.konstakning.se](http://www.konstakning.se)

Kontakt: [info@konstakning.se](mailto:info@konstakning.se)

**Anmälan via hemsidan >>>**