



NHC Start Program

PROGRAM BESKRIVNING

6x45min Skatemillpass samt 6x45 min kroppsfunktion (Körs under samma tillfälle totalt 1h 30min)

(Kroppsfunktion kan bytas ut mot skotteknik utan extra kostnad)

Pris 11 200: -

Vill man träna 2 personer på samma tillfälle så reduceras priset /person.

Pris 2 st. 6900: -/person (möjlighet finns till delbetalning.)

Detta är vårt minsta paket som vi erbjuder. NHC Start Program är ett bra alternativ för dig som vill ha en intensiv träning under en kortare period.

Träningspassen innehåller specifik träning på vår Skatemill som inriktas på att utveckla skridskoteknik, kondition/uthållighet och individuella ishockey färdigheter. Vi arbetar alltid för att optimera skridskoåkningen, samt bättre rörlighet och kropps kontroll.

Programmets längd 3–5 veckor.

Efter programmets slut så gör vi en bedömning av spelarens utveckling, med rekommendationer för spelarens fortsatta utveckling.

KRAV: Skridskor, Klubba, Hjälms, Handskar (slip möjligheter finns hos oss pris 79: -)

Nordic Hockey Center

Ucklumsvägen 2 B

444 91Stenungsund.

E-post: info@hockeycenter.se

Webb: www.hockeycenter.se

Tel: 0303- 810 30