



Information till föräldrar inom skidsektionen KSK

Jättekul att ditt/dina barn vill träna skidor med oss i Kungsgårdens SK

All verksamhet inom KSK bedrivs ideellt och vi söker ständigt fler som vill vara med och hjälpa till med ungdomsverksamheten.
Intresserad!? Kontakta någon av ledarna

I gruppen Skidkul fokuserar vi på lek och övningar för att träna teknik och balans.

Barmarksträning

Så länge det inte finns snö kommer vi att träna barmarksträning.

Barnen kommer till träning ombytta och klara

Tänk på att det lätt blir kallt på kvällarna, tunn mössa och ett par tunna handskar brukar behövas. En varm jacka till efter träning är bra att ha.

Skor som är lämpliga att springa i behövs, även när det är blött

Vattenflaska!

Vi meddelar i förväg om vi vill att barnen har med något extra till träning. (stavara, lampa eller annat)

Vi kommer att träna med stavar även på barmarksträning då det är en viktig del av tekniken.

Vi har några stavar för utlåning men fundera redan nu om ni har några som duger till att ha på barmarksträning.

Lämplig längd på stavar är upp till armhålan när man står på plan mark med skor på.

Bättre med lite för långa än alldeles för korta stavar.

Skidåkning

Så fort det kommer snö och vi får möjlighet att åka skidor så gör vi det.

Kom i tid och ha ordning på utrustningen.

Märk all utrustning så vi slipper sammanblandning.

Vi rör oss mycket och barnen blir varma så inga tjocka overaller eller täckjackor om det inte är väldigt kallt.

Det kan hända att vi delar gruppen och kör olika övningar beroende på erfarenhet hos barnen.
Vi strävar efter att alla skall finna träningarna givande och roliga.

Träningsavgift? Nej, KSK tar inte ut träningsavgifter

Däremot är det ett krav från klubben att alla aktiva är medlemmar i KSK. (provapå går bra)

Vi ser gärna att man stöttar klubben och löser familjemedlemskap.

Det är samma medlemskap för både fotboll och skidor och ev. annan verksamhet inom KSK.

Vi använder oss av webbtjänsten Laget.se för att logga närvaro mm på träningar och även skicka ut information.

https://www.laget.se/kungsgardenssk_skidkul

https://www.laget.se/kungsgardenssk_lillagruppen



KUNGSGÅRDENS SK
- SKIDOR

[HEM](#) / BLI MEDLEM!

Bli medlem!

Vem som helst kan bli medlem i Kungsgårdens SK genom att sätta in pengar på Plusgiro 10 25 03-0

Personnummer, namn och adress mejlas till medlemsuppgifter@kungsgardenssk.se

Medlemsavgifter:

Familj 400 kr/år

Vuxen 250 kr/år

Ungdom 200 kr/år (upp t.o.m 18)

Pensionär 150 kr/år