



Kalmar Konståkningsklubb

Nybörjar och fortsättningsgrupp för vuxna från 15 år

Nybörjar/Fortsättningsgrupp för vuxna som vill lära sig åka konståkning/skridskoåkning. Inga förkunskaper kvävs.

Plats: Träningshallen i Sportcenter

Anmälan till Vuxengruppen 2021-2022 -- > [Anmälan](#)

Terminsstart v. 34 för fortsättningsgrupp

Terminsstart v. 42 för nybörjargrupp

Under v. 34-41 har vi färre istider pga. bygget av den nya ishallen. Därför startar vi med Fortsättningsgruppen från v. 34.

Vuxengrupp Fortsättningsgrupp v. 34-41

Du kan välja en, två gånger per vecka.

Träningstider:

Fredag kl. 18.20-19.10

Söndag kl. 12.25-13.15

OBS! Det är nya tider från v. 42-51.

Vuxengrupp Nybörjare och fortsättningsgrupp v. 42-v.51.

Du kan välja en, två, tre gånger per vecka.

Träningstider:

Onsdag kl. 20.10-21.00

Fredag kl. 19.15-20.05

Lördag kl. 08.45-09.35

Terminsavgift: v. 34-51 (18 veckor)

1 ispass/v 1600kr

2 ispass/v 2100kr

3 ispass/v 2600kr (3 ispass finns från v. 42)

Terminsavgift: v. 42-v.51 (10 veckor)

1 ispass/v 1100kr

2 ispass/v 1400kr

3 ispass/v 1800kr

Medlemsavgift 200kr betalas 1 ggr/säsong. Familjemedlemskap 500kr.

Prova en gång utan avgift, därefter 100 kr kontant för att prova en gång till, därefter ordinarie säsongavgift. Faktura skickas ut en gång per termin.

Frånvaro från träning: Ni behöver inte meddela frånvaro på enstaka pass. Vid längre sjukdom eller skada skicka ett mejl till kalmarkonstakning@hotmail.com

Ta för vana att kolla vår kalender på hemsidan <http://www.kalmarkonstakning.com/> för att se så att ordinarie schema gäller, då ishallen ibland är bokad för andra evenemang och annan ny information.

Hjälm

Det är obligatoriskt med hjälm, aktivitets hjälm eller hockeyhjälm, (cykelhjälm som inte täcker nacken ska inte användas på isen), hjälmen måste också sitta stadigt.

Se till att storleken är justerad och att den sitter så att den skyddar både panna och nacke.

Skridskor

Bra skridskor gör det lättare att komma i gång med sin konståkning. Skridskorna man köper i vanliga sportaffärer är oftast instabila och har en sämre skena vilket gör det svårare att åka helt enkelt. Klubben har bra skridskor för uthyrning. Vill ni köpa nya/begagnade skridskor så kan vi hjälpa till. Det finns ett begränsat antal skridskor till uthyrning.

Åkare i konståkningsgrupperna har för tur att hyra skridskor.

Är du intresserad av att hyra skridskor.

För mer information och bokning av tid för utprovning av skridskor mejla till info@kalmarkonstakning.com Vi hyr inte ut hjälmar.

Slipning av konståkningsskridskor

Slipning sker första helgen i varje månad. Vi slipar endast riktiga konståkningsskridskor, ej de som är köpta i sportaffär, de slipas i sportaffären.

Klubben erbjuder slipning av skridskor kostnad 100 kr.

OBS! Gå aldrig med skridskorna utan skridskoskydd, då förstörs slipningen och golvmattorna blir förstörda, använd skridskoskydd av hårdgummi.

Skenorna behöver torkas av efter varje träning för att inte rosta. Låt skridskorna torka ordentligt efter ett träningspass och förvara skridskorna utan skydd (eller med mjuka skydd). Klubben har skridskoskydd till försäljning.

Klädsel

När man åker konståkning är det bra med smidiga och lätta kläder som också är varma.

De flesta som åkt ett tag har ganska kroppsnära kläder som gör det lättare att sträcka armar och ben.

Nybörjar och fortsättningsgrupper barn, ungdomar och funktionshindrade

Skridskoskola 3-9 år och 10-15 år. Det finns även fortsättningsgrupper för barn, ungdomar och funktionshindrade.

Vi har konståkning/skridskoåkning för alla nivåer från nybörjare till tävlingsåkare.

För mer information se vår hemsida. <http://www.kalmarkonstakning.com>

För mer information eller frågor mejla:

info@kalmarkonstakning.com

Varmt välkomna till Kalmar Konståkningsklubb!