



BYAASEN SKIKLUB

Stiftet 3. desember 1893

HOPPSKOLE 2012

Hoppgruppa i Byaasen Skiklub (BSK) har som tradisjon å arrangere hoppeskole for jenter og gutter i alderen 6-9 år. Hoppskolen er en innføring i hoppporten, med riktig sittstilling, sats og landing. Også andre øvelser blir brukt som trener generell skiferdighet. Ungene hopper i små hoppbakker til å begynne med. Etter hvert blir utfordringene litt større, ungene får da prøve seg i våre K5 (5m) og K8 (8m) bakker hvis de vil. Erfaringer fra hoppskolen er at ungene bedrer sine generelle skiferdigheter i løpet av kurset.

Gjennomføring:

Hoppskolen vil bli arrangert i/ved Byåsbakken som ligger ved den store parkeringsplassen ved ferista ovenfor Byåsen Butikksenter (retning Skistua).

Utstyret skal være vanlig tur/langrennsski, helst uten festesmurning.

Deltakeravgift kr. 250,- betales ved påmelding. Søskenmoderasjon er 20%.

Vi gjennomfører hoppskolen på mandager og onsdager

Start mandag 9. januar kl 17.30 til 19.00

Påmelding i BSK hytta, deretter aktivitet fra 18:00.

Hoppskolen vil så fortsette på:

Onsdag 11. januar fra kl: 18.00 til ca. kl: 19.00

Mandag 16. januar fra kl: 18.00 til ca. kl: 19.00

Onsdag 18. januar fra kl: 18.00 til ca. kl: 19.00

Mandag 25. januar fra kl: 18.00 til ca. kl: 19.00

Onsdag 27. januar fra kl: 18.00 til ca kl: 19.30

På avslutningsdagen blir det hopprenn med premieutdeling.

BSK hytta vil være åpen og det vil være anledning til å kjøpe kaffe og vaffel. Foreldre har selvsagt lov til å være med ute.

Etter hoppskolen kan de som vil fortsette på klubbens vanlige hoppøvinger mandag og onsdag 18.00-19.30. Dette er et tilbud som er gratis for hoppskoledeltagere ut sesongen.

Ytterligere informasjon om hoppskolen eller BSK/hopp kan rettes til:

Per Erik Kvam, tlf 97180812, eller på epost til bskhopp@gmail.com.

VEL MØTT TIL SKILEIK OG HOPPING

Hilsen Byaasen Skiklub/Hopp