



## 5 uker slalåm- og snowboardkurs for alle barn fra 1.- 6. klasse etter skoletid

Velkommen til herlige aktive utedager hos oss med ski og glede. Vi deler barna inn i grupper etter ferdigheter og tilpasser undervisningen til riktig nivå. Vi har alle bakkene for oss selv i Oslo skisenter i Aks/SFO tiden.

Vi lærer gjennom lek og har morsomme øvelser for å få best mulig teknikk og skiglede. Vi leker inn rytme, balanse og koordinasjon. Vi skal ha det gøy sammen og samtidig bli gode på ski, mestringsgleden er viktig for oss. "Jeg klarte det" er vårt motto. Vi er opptatt av sikkerhet og trygg ferdsel i bakken for alle og gir en innføring i skivett-reglene, lærer fartskontroll og å vise hensyn til hverandre i bakken.



### PRIS:

- Kurset går over 5 uker.
- Dagskort er inkludert.
- Undervisningen er 1,5 timer hver gang.
- Kurset koster 3195,-. (Inkludert transport T/retur og hjelp på skolen).
- Instruktører kommer til skolen og hjelper barna på med utstyr og følger i buss tur/retur til skolen.

### Praktisk informasjon.

Kurset går i uke 2-6. Etter påmelding avtales kursdag med skole. Vi forsøker å tilpasse kursdag etter skolens ønske og mest hensiktsmessig transportplan. Barna bør ikke slutte sent den dagen det er kurs. Skolen må ha minimum 15 barn pr. skole.

Buss henter på skolen ca. kl. 14.15 (:45) retur ca. kl. 16.00.(:45) Eksakte tider får du når transportplanen er klar og alle påmeldinger er kommet inn. Barna får spise i bussen og har med seg egen matpakke.

### HUSK!

- Se over slalåm -snowboardutstyret – alle barn må ha hjelm (hjelm kan lånes gratis i Oslo skisenter)
- Godt med klær, ull innerst er best.
- Barna får varm toddy under kurset
- Avslutning med medaljer



### Spesialtilbud:

Har barnet aldri stått slalåm /snowboard før, tilbyr vi startkurset **3 dager helg Startkurs** til spesialpris. Prisen er inkl. dagskort  
Vi lærer å svinge, stoppe og kjøre heis. Tilbudet gjelder kun for de som skal være med på slalåm/snowboardkurset i skoletiden.

### Hvordan melder du på?

**Slalåm:** Gå inn på [vårt slalåmkurs](#), velg din skole, nivå, og eventuelt Startkurs der.

**Snowboard** Gå inn på [vårt snowboardkurs](#) velg din skole, nivå, og eventuelt Startkurs der.

Du vil motta en bekreftelse på påmelding på e-post.

### Friplasser

Skiskolen skal være et inkluderende tilbud, Furuholmen Friluft tilbyr et begrenset antall friplasser. Friplassen gir gratis deltagelse på kurset inkludert dagskort, transport må du betale selv. Søk om [friplass her](#)

Vi gleder oss til å lære barna slalåm og snowboard, ha det gøy på ski og brett med mestringsglede. "**Jeg klarte det**" er vårt motto.

Med vennlig hilsen  
Furuholmen Friluft AS  
Tel: 97518677

<https://www.furuholmenfriluft.no/>

All info legges ut på vår facebookside:

<https://www.facebook.com/furuholmenfriluft>

