



SLALOM/HOPP-TRÄNING

Nu är det dags för aktiviteter i Kullstabacken! Ragunda Alpina drar igång med 3 olika träningsgrupper med start onsdag 27/1

Anmälan på plats den kvällen.

Blankett för medlemsavgift kommer att finnas i slalombacken.

Lilla gruppen (barnbacken) :

Skidlek! Onsdagar 18-19.

Vi håller till i lilla backen och lär oss svänga, stanna och åka i olika banor. Du som kan åka lift och hjälpligt ta dig ner är välkommen.

Obs! Alla barn i denna grupp måste ha en ansvarig vuxen med sig under träningen.

Mellangruppen (träning i bana)

Slalomträning! Onsdagar 18-19.

Du som åker i stora backen och har lite skidvana är välkommen. Vi tränar teknik och åker bana.

Hoppgruppen (Hopp och träning i bana)

Onsdagar 18-19.

Minimiålder : 10 år

Snowboard och skidor

Hjälmkrav, ryggskydd önskvärt,

Du som åker i stora backen och har lite skidvana är välkommen. Vi tränar teknik, åker bana och hoppar.

Övriga krav vi ställer:

Medlemskap i RAC obligatoriskt (för att försäkring ska gälla) och att alla har hjälm.