



SKISKOLE

Ski- og Snowboardkurs, Marienlyst AKS

Vi i Oslo Vinterpark Skiskole vil inspirere til skiglede som varer livet ut. Med fokus på lek, læring og mestring, motiverer vi barna til å utvikle sine ferdigheter.

Alpint: Velg kurs utfra barnas ferdighetsnivå.

Alpint Nybegynner: Nybegynnerkurs i slake bakker. Vi lærer å gli, bremse og svinge.

Forkunnskap: Ingen.

Alpint Litt Øvet: For deg som har stått litt alpint. Vi trener på balanse og kontroll og benytter terrenget for å bli sikrere og modigere skikjørere. **Forkunnskap:** Barna kan bremse og svinge i grønne løyper, håndterer koppheis alene.

Alpint Viderekommen: Viderekommendekurs med høyt tempo. Vi jobber med balanse, bevegelse og fartskontroll for mer flyt i skikjøringen. Vi benytter hele anlegget.

Forkunnskap: Kan bremse og svinge med parallelle ski i røde løyper

Langrenn/Skileik: Vi leker oss til økte ferdigheter på langrennsski gjennom øvelser som utfordrer balansen. Skileikområdet består av porter, buer, hopp og leker. Vi deler inn i grupper etter ferdighet. **Forkunnskap:** Ingen

Snowboard: Nybegynner/Litt øvet. Vi lærer grunnleggende teknikk som gjør at du kan stoppe og svinge på en sikker måte. Vi jobber for å oppnå flyt i kjøringen med både tå- og hælsvinger. **Forkunnskap:** Ingen, inndeling etter nivå.

Praktisk: Kurset går en gang pr uke over 5 eller 10 uker, ingen kurs i vinterferien.

Kurstid: 10 uker Tirsdager fra uke 2, **5 uker Tirsdager fra uke 7**, kl. 14.30-16.00.

Buss fra skolen kl. 14.00 tilbake ca kl. 16.30

Pris: 10 uker alpint/snowboard 3690,- 5 uker skileik 1390, 5 uker alpint/snowboard kr 2160,-

Inkluderer transport og heiskjøring. Barna må ha eget utstyr. Sesongkortrabatt fra 7 år.

Påmelding og betaling fra 20. oktober:

Foretas av hver enkelt foresatt www.oslovinterpark.no/skiskole

Velg Aks/Skoler - velg din skole - velg type kurs - meld på og betal online.

Påmeldingsperiode 20.10 - 20.11. NB! Bookingen stenger når kurset er fullt, uavhengig av påmeldingsfrist. Minimum 10 påmeldte pr kurs.

Har du spørsmål kontakt jenny@tryvann.no

Velkommen til en uforglemmelig opplevelse i bakken.

Vi fortsetter prissuksessen fra i fjor ved kjøp av sesongkort før 1. desember

[Sesongkort for familie i samme husstand inntil 2voksne + 3barn kun kr7000.-!](#)