

Information Skridsko-/Konståkningsskolan

Säsong:

Början av oktober till Isgalan i april/maj

Vi tränar måndagar kl 17.00 -17.50 och lördagar kl 09.50 -10.40 på Skyttishallen.

Ni bestämmer själva hur många gånger ni vill delta varje vecka.

Avgiften är den samma även om ni väljer att bara delta en dag i veckan.

Efter en julavslutning i december startar säsongen igen efter nyår och avslutas med Isgalan där även Skridsko-/Konståkningsskolan erbjuds att vara med. Information om Isgalan får ni närmare i tid.

Grupper:

Skridskoskolan (SS) från 4 år – Alla är välkomna, även om barnen själva inte kan stå på skridskorna. Vi har flera hjälptränare och stöd som hjälper barnen på isen. Barnen lär sig åka skridskor under lekfulla former.

Konståkningsskolan (KS) från 4 år – Här är förkunskapen att själva kunna ställa sig upp om de ramlar och självständigt kunna stå på skridskorna. Under lekfulla former kommer barnen att lära sig skridskoteknik med mer inriktning mot konståkning. I KS finns även en grupp för 10 år och äldre.

Eftersom SS och KS betalar samma avgift och tränar samma dagar och tider är det enkelt att **byta mellan grupperna** om det visar sig bli en för stor eller liten utmaning under säsongen. Kontakta oss då på skridskoskolan.ovikskk@gmail.com

På Isen:

Om ert barn vill att ni deltar på isen de första träningarna går det bra, förutsatt att även ni har skridskor och hjälm. Så snart barnet känner sig tryggt önskar vi att ni lämnar hen ensam med tränarna. En del barn blir osäkra när det är många vuxna med, det blir trångt om utrymmet och vi ser att barnen lyssnar bättre på tränarna när inte föräldrarna är med.

Utrustning:

Obligatoriskt med hjälm (hockey eller aktivitetshjälm men Ej cykelhjälm).

Märk hjälmen fram med barnets namn då det underlättar för tränarna. Att skriva namnet med tusch på en bit maskeringstejp funkar bra.

Klä gärna barnen i lager på lager för ökad rörlighet istället för tjocka täckkläder.

Ex underställ, fleeceläder/skalkläder. Glöm inte vantar på händerna!

Viktigt att skydda skridskoskena med skridskoskydd.

I Skridskoskolan går det bra att delta även med hockeyskridskor men i Konståkningsskolan behöver man skridskor med taggar. ÖKK hyr ut riktiga konståkningsskridskor som inte går att köpa i sportaffären. Dessa skridskor har en stabilare sko som underlättar lärandet.

På vår hemsida ovikskk.sportadmin.se under fliken Föreningsinfo hittar ni mer information om vår skridskouthyrning. Har ni funderingar om skridskor går det också bra att rådfråga våra tränare.

Omklädningsrum:

Vi har inga bestämda omklädningsrum då vi sällan vet vecka till veckan vars det är ledigt. Någon finns på plats o visar er rätt. Ställ väskor på golvet så får fler plats på bänkarna. Det går också bra att knyta skridskor ute vid ishallen men EJ i tränarbåset eller i speakerbåset. I ÖKKs omklädningsrum nr5 vistas endast våra äldre åkare och inga föräldrar.

Tränare:

Det finns huvudansvariga tränare för varje grupp samt hjälptränare då det är många barn på isen. Vi har lång erfarenhet av skridskoskoleverksamhet och utbildar hela tiden våra äldre åkare för att kunna vara med som tränare för Skridskoskolan. Våra tränare är riktigt duktiga på det de gör så fråga dem gärna om ni undrar över något med konståkning. Har ni däremot funderingar som gäller vår verksamhet ex gruppindelning osv är ni välkomna att kontakta Styrelsen ÖKK på styrelsen.ovikskk@gmail.com eller maila till SS/KS på skridskoskolan.ovikskk@gmail.com

Föräldrar:

Vi tycker det är roligt att ni vill vara med i ishallen men ser gärna att ni sitter på läktaren eller uppe på Loftet. Det blir lätt rörigt när dörren till sargen öppnas och stängs under passet när barnen vill prata med er som står utanför.

Av säkerhetsskäl får barnen inte öppna sargdörren eller vistas på isen själva så låt barnen vänta vid sargdörren innan träningen börjar. Tränarna släpper ut dem på isen när det är dags.

Vi har ett önskemål om att undvika att gå med skor på gummimattorna eller i spelarbåset då gruset förstör skridskoskenorna.

Våra tränare har också en önskan om att barnen besöker toaletten innan passet börjar så det blir mindre tid som går till toalettbesök under träningen 😊

Som deltagare i SS och/eller KS har ni som föräldrar inga försäljningsuppdrag.

Frågor? Funderingar?

Kontakta oss på skridskoskolan.ovikskk@gmail.com

Vi är vanliga föräldrar som jobbar med ÖKK på vår fritid.

Vi svarar på frågor så snart vi kan.

// Örnsköldsviks Konståkningsklubb (ÖKK)