

# Skating Camp

**NYHET 2024: Helgläger för vuxna konståkare på alla nivåer 13-14 juli 2024**

**Träningen sker i Billinge hov (B-hallen) i Skövde**

Start lördag 13 juli kl 14:00

Avslutas söndag 14 juli senast kl 18:00

Vi erbjuder: 2 ispass och 1 fyspass båda dagarna.

**Tränare för Helglägret är Julien Leclerc**

Julien är född i Frankrike men har bott i Sverige sedan 2017. Han har tränat och tävlat i synkroniserad konståkning hela sitt liv; bland annat tävlat 4 JVM med Frankrike och 2 VM med Sverige. Julien är numera tränare i Mölndals KK för 3 synkrolag, solodans, vuxengruppen och är huvudansvarig för klubbens skridskoskola. Han är även känd bland åkare i Göteborgs isdanskklubb där han är tränare i isdans och solodans. Intresset och livet med konståkning innefattar även förtroendeuppdrag i Göteborgs Konståkningsförbund och Svenska Konståkningsförbundets utbildningskommitte.

Vi är mycket glada över att kunna erbjuda detta läger med Julien som tränare på isen!



**Lägeravgiften** på 1500 kr per person inkluderar träningsavgift (is + fys) båda dagar samt övernattnig i Raoul Wallenbergskolan, ca 1 km från ishallen, med tillgång till enklare kvällsmat och frukost (självservering) på skolan. OBS Egen säng, kudde och sängkläder medtages.

Måltider utöver kvällsmat/frukost får man bekosta själv. Det finns möjlighet att värma mat i micro i anslutning till träningshallen samt restaurang både i och i närheten av Arenan.

Minst 6 deltagare. Vid fler än 8 deltagare delas åkarna in i grupper efter färdighetsnivå: se exempel på indelning nedan.

Du anmäler dig genom att sätta in hela lägeravgiften på 1500 kr direkt till VKF:s bankgiro (se nedan) samtidigt som du mailar dina uppgifter och kopia på inbetalad avgift till: [marjo.thn@gmail.com](mailto:marjo.thn@gmail.com)

Följande uppgifter ska vara med i din anmälan:

Namn, födelseår, e-post, mobiltelefonnummer. Ev skridskoskolemärke/test + önskemål om träningsgrupp. Berätta gärna lite om dig själv och dina förväntningar på träningshelgen. Har du några matallergier eller specialkost eller liknande som vi behöver veta för kvällsmål/frukost så notera även detta i din anmälan. Meddela också om du vill övernatta på skolan. OBS! Bifoga foto/kopia på inbetalad lägeravgift i ditt mail.

Betalning av hela lägeravgiften (1500 kr) görs till:  
Västergötlands Konståkningsförbund **Bankgiro: 5641-7801**  
Vid betalning från utlandet anges **BIC-kod: SWEDSESS**  
**IBAN: SE70 8000 0831 4700 3237 4928**

**Sista anmälningsdag till Helglägret är 30 april 2024.** Först till kvarn gäller. Avgiften återbetalas i sin helhet vid för få anmälda (eller vid överanmälan) eller vid avanmälan innan den 30 april. Observera att ANMÄLAN ÄR BINDANDE FROM 1 MAJ. Från och med 1 maj görs ingen återbetalning vid avanmälan oavsett orsak, men man kan överlåta en plats till annan åkare. Du kommer att få ett bekräftelsemail på att din anmälan är mottagen inom en vecka, under förutsättning att den är komplett. Schema skickas ut senast i början av juli.

Exempel på gruppindelning /Helgläger för vuxna:

**Nybörjare/fortsättning:** För alla som vill lära sig åka framåt, bakåt, gå från tvåfotshopp och tvåfotspiruett till att man börjar behärska framåt ytterskärs-treor, framåt innerskär-mohawk till tupp-piruett utan ingång och halva hopp

**Adult Bronze:** För dig som behärskar minst 2 enkel hopp, tupp-piruett med ingång + vill jobba med piruetter i sitt- och ligg-position, som behärskar framåt + bakåt treor och jobbar på dubbeltreor framåt/bakåt

**Adult silver och uppåt:** För åkare som behärskar mer än 3 enkelhopp, alla grundpositioner i piruetter samt framåt o bakåt dubbeltreor och som vill jobba med svårare vändningar

**Ange i anmälan vilken grupp som skulle passa just dig!**

Om det blir luckor i schemat så finns möjlighet för åkare som så önskar att boka tid för privat träning eller koreografi med Julien. Ange detta i din anmälan i sådana fall. Extra avgift tillkommer.

**Lite mer info:**

I anslutning till Billingshovs ishall finns också Skövdehem Arena med Restaurang, Gym, Padel, Hopp arena, Äventyrsgolf och Golfsimulering

Man tar sig enkelt till Skövde via bil, tåg eller buss. Från centralstationen går det regelbundet bussar som passerar Billingshov och resan tar ca 20 minuter. Tider och priser går att hitta i Västtrafiks app ToGo

Vill man övernatta mer bekvämt i Skövde finns det flera hotell i centrum och uppe på Billingen; enklast o billigast är förmodligen att söka boende via någon bokningssida eller app.