



Skileik 6-10 år

Fokus

- Skape interesse for ski gjennom leik på ski.
- Utfordre og tilpasse basisferdigheiter.
- Tilpassa og variert aktivitet for alle.
- Oppfordre alle til å delta på skikarusellen på Mån.

Målsettingar for gruppa

- Ha glede av å vere på ski.
- Ha gode basisferdigheiter og kontrollere egne ski.
- Kunne hoppe, svinge, stoppe og manøvrere skiene.
- Ha glede av å trene saman med andre.

Gjennomføring av treningar

- Ein trening kvar veke.
- Haust: Barmarkstrening med fokus på leik.
- Vinter: Skileik på Mån.
- Vår: Forskjellige fellesturar i nærområdet.

