2024-06-03

Skolningsverksamhet U15-U16 2024-2025

Skolningsverksamheten för U15-U16 kommer inför säsong 2024-2025  
att omfatta även U15.  
Skolningsverksamhetens syftar till, som namnet indikerar, att utbilda åkare inför kommande år som junior och senior. **Skolningsläger för U15 är ingen bedömning för antagning till Skidgymnasium**Skolningsverksamheten leds av rikstränare, distriktstränare och tränare från skidgymnasium, alpint och skicross.

Alpin skolningsverksamhet innebär för U15, ett barmarksläger i två dagar på Bosön och ett läger på snö.  
På Bosön genomför åkarna Ironman Jr. Resultatet redovisas enskilt till åkaren tillsammans med förklarande text. Testet genomförs för att utbilda åkarna och ge dem en möjlighet att vara bättre förberedda inför ev. skidgymnasiestart. Alla Skidgymnasium använder Ironman som test.  
Deltagarna får också utbildning inom träning, rörlighet, skadeförebyggande träning och lyftteknik.  
Ledare på lägret är rikstränare Alpint/Skicross, fysansvarig Skiteam Sweden, skidgymnasietränare och distriktstränare.   
Föräldrar kommer att erbjudas viss information i samband med lägret.

Snölägret för U15 har fokus på slalom, storslalom, skicross och friåkning. Ledare på lägret är rikstränare, skidgymnasietränare och distriktstränare.

Skolningsverksamhet för U16 är ett läger på snö i tre dagar i januari. Fokus är som tidigare läger, slalom, storslalom, skicross och friåkning. Ledare på lägret är rikstränare Alpint/Skicross, skidgymnasietränare och distriktstränare  
Föräldrar kommer att erbjudas viss information i samband med lägret.  
  
Skolningsverksamheten för ungdomar upp till U16 kompletteras med verksamhet, både barmark och på snö, i föreningar, distrikt och i regionsamverkan

# Skolningsläger U15-U16 2024-2025

1. Skolningsläger Snö U16 2025, åkare födda 2009  
   \* Idre med skidåkning 23-26/1 2025  
   \* Deltagarna bokar eget boende  
   \* start 23/1 samling kväll. Inte obligatoriskt  
   \* start 24/1 start skidåkning på morgonen. Tid och plats meddelas i kallelse  
   \* Avslut 26/1 lunch  
   \* SL, GS, Skicross, Friåkning  
   \* Kostnad 2.100:-/person. Ingår i kostnaden; lunch, träning och liftkort  
   Anmälan via anmälningslänk.   
   Länk meddelas senare
2. Skolningsläger Snö U15 2025, åkare födda 2010  
   \* 7-10/4 2025 TBD  
   \* Eget boende.   
   \* Start 7/4 samling kväll Ej obligatoriskt  
   \* Start 8/4 08.45 i backen   
   \* Avslut 10/4 efter lunch  
   \* Träning SL, GS, Skicross, Friåkning  
   \* Kostnad 2.100:-/person. Ingår i kostnaden; träning och lunch och liftkort  
   Anmälan vi anmälningslänk.   
   Länk meddelas senare
3. Skolningsläger Barmark U15 2025, åkare födda 2010  
   \* Bosön 17-18/6 Bosön  
   \* Deltagarna bokar eget boende.   
   \* Start 17/6 08.00  
   \* Avslut 18/6 13.00  
   \* Kostnad 1.100:-/person. Ingår i kostnaden; lunch, för- och eftermiddagsfika och träning  
   \* Genomgång av Ironman Jr, rörlighet och skadeförebyggande träning, lyftteknik  
   Anmälan vi anmälningslänk.   
   Länk meddelas senare

Frågor om skolningsverksamheten besvaras av  
Rikstränare Tobias Fellman [tobias.fellman@skidor.com](mailto:tobias.fellman@skidor.com)

Frågor om bokning och anmälan  
 Karin Sundberg [karin.sundberg@skidor.com](mailto:karin.sundberg@skidor.com) 070-372 10 46