



STOCKHOLMS SKIDFÖRBUND ALPINT

Stockholms Skidförbund bjuder in till Fartläger i Funäsdalen den 7-9 Januari

Kallelse till fartläger i Funäsdalen U16, födda 98 och 99 (Åldersklassen 15-16 år)

- Datum:** 7/1 – 9/1 – 2014
- Samling:** Kåvan kl 11:00 den 7/1-2014
- Anmälan:** Anmälan sker genom IdrottOnline där evenemanget "USM-Fartläger Funäsdalen" finns senast den 31 december.
- Kostnad:** För åkare som tävlar för en klubb inom Stockholm är lägret kostnadsfritt. Övriga Regionåkare betalar 200 sek/dag. Varje åkare betalar dock för liftkort som är 3 x 200 sek.
- Betalning:** Ingen betalning då lägret är kostnadsfritt. Liftkort köper och betalar man på plats. För övriga distrikt skickas faktura till respektive klubb.
- Vad ingår:** I priset ingår träning 3 dagar med Jens Wilhelmsson som huvudansvarig för arenan. Förutom klubbtränare har STH skidförbund extra tränarresurser på plats för coaching i vad gäller teknik, spårval, taktik. (Fredrik Nyberg, Jonas Lind, Nicklas Henning)
- Säkerhet:** Funäsdalen har övergripande ansvaret från start till mål samt uppsättning av nät under träningsdagarna.
- Klubb-
Tränare** Klubbtränare kommer att behövas för att ta hand om grupper i backen för att säkra ett bra genomförande samt ge personlig coaching samt videofilmning. Vi hoppas att klubbar kan samarbeta om det finns någon klubb som inte har tillgång till klubbtränare. **Alpina Kommittén ersätter klubbtränare som ansvarar för minst 8 åkare (oberoende av klubb) med ett belopp om 1500 sek** mot uppvisande av kvitto (ex: liftkort, boende) och vilka åkare man haft ansvar för.
- Boende** **Bokar och betalar ni själva. Ni hittar erbjudande från Hotel Funäsdalen på hemsidan.**
- Resa:** Ordnar den aktive själv.
- Program:** Dag 1 & 2: Fartspecifik stationsträning
Dag 3: Hel bansträckning med tidtagning
- Utrustning:** För fartträning (Super-G och Störtlopp)
- Övrigt:** Träningen kommer styras utifrån individernas egen känsla. Åkarna kommer ha olika mycket erfarenhet av fart och får själv bestämma vart gränsen går.

Under tävlingsdagarna med start fredag kostar ett liftkort 180 sek, vilket gör att ni först köper ett liftkort för 3 dagar gällande träning (3x200:-) och sen för tävling 3 dagar (3x175:-)