

SKISKOLE OG AKTIVITETER PÅ HØVRINGEN - VINTER 2024

SKISKOLE A: Søndag eftermiddag og mandag - samt efter aftale!

Grundlæggende skiskole i langrendsteknik for begyndere og let øvede. Vi arbejder med balance, bremse- og svingteknik samt grundlæggende diagonalgangsteknik i hold på max. 4 deltagere. Børn må være fyldt 12 år. Pris pr. lektion á 50 minutter: NOK 600,- (Udgiften deles ligeligt mellem deltagerne på holdet)

SKISKOLE B: Tirsdag og onsdag – samt efter aftale!

Kursus for den mere erfarne skiløber, hvor der arbejdes med at forbedre og optimere den enkelte deltagers diagonalgangsteknik. Vi træner fraspark, balance- og tyngdeoverføring samt korrekt brug af stavene. Målet er, at man igennem en forbedret langrendsteknik bruger færre kræfter, når man går på ski. Deltagerne har mulighed for at få personlig rådgivning i valg af skiudstyr samt tips om skismøring. Hold på max. 4 deltagere
Pris pr. lektion á 50 minutter: NOK 600,- (Udgiften deles ligeligt mellem deltagerne på holdet)

SKISKOLE FOR BØRN: Tirsdag og onsdag – samt efter aftale!

Skiskole og skilege for børn fra 6- til 12 år, hvor vi igennem lege og øvelser opøver balance og træner grundlæggende skifærdigheder på børnenes præmisser. Hold på max. 5 børn
Pris pr. lektion á 50 minutter: NOK 600,- (Udgiften deles ligeligt mellem deltagerne på holdet)

TILMELDING TIL SKISKOLE:

Send i god tid en mail med dit ønske om skiskole. Med udgangspunkt i tilmeldingerne sammensætter vi hold og tidspunkter, som tilgodeser flest muligt. I uge 7 vil vi først lørdag eftermiddag ved 17-tiden kunne oplyse de endelige tider for undervisningen. Husk at oplyse dit mobilnummer ved bestilling af skiskole, så vi kan kontakte dig. Tilmelding foretages pr. e-mail: kontakt@skisenter.com

SNEHULEGRAVNING: Onsdag - uge 7: Kl. 10 – 12

Snehulegravning for børn og unge i nærområdet ved Høvringen. Vi instruerer i, hvordan man laver en lille snehule/nødbivuak. Herefter prøver man at grave sin egen snehule. Vi afslutter formiddagen med at grille pølser over bål. Husk varmt tøj og ekstra vanter samt evt. drikke. Vi mødes kl. 10 i skibutikken, og børn under 10 år må ledsages af en voksen. Tilmelding senest tirsdag kl. 17:30 i skibutikken eller pr. sms på mobil: +45 23 60 62 84. Pris pr. barn/ung: NOK 150,-

FJELDTUR PÅ EGEN HÅND MED BUSAFHENTNING PÅ MYSUSETER: Onsdag eller torsdag fra uge 7 til uge 11

Gå en flot fjeldtur på egen hånd gennem Rondane nationalpark sydover til Mysusetter mod solen. Følg Troll-løypen fra Høvringen via Smuksjøseter og Peer Gynt-hytten til Mysusetter, som er en skitur på ca. 20 km, der tager 4-5 timer i moderat tempo. Gå evt. turen via Glitterdalen, som forlænger turen til ca. 28 km./6 timer. Bussen kører kl. 16:30 fra Mysusetter. Billet til bussen købes i Rondane Skisenter senest kl. 17 dagen i forvejen. Pris pr. voksen: NOK 180,- Barn u/12 år: NOK 90,-