



Viktiga datum och ändrade träningstider november/december 2022

Lördag 26 november

8:00 - 13:50 Träning, enligt ordinarie schema

14:00 – 14:50 Blå + Lila

14:50 – 15:40 Vit

15:40 – 15:50 Spolning

15:50 – 16:40 Turkos

16:40 – 17:30 Egen träning för de åkare som önskar (utan tränare).

17:30 - 17:40 Spolning

17:50 – 18:50 Familjeåkning

Lördag 3 december (Tävling för anmälda stjärnåkare i C-hallen)

8:00- 8:50 Turkos

9:00 – 9.50 Vit

10:00 – 10:50 Skridskoskola

Lördag 10 december

All träning inställd pga vi arrangerar A-tävlingen Vätterkristallen lördag och söndag i C-hallen.

Lördag 17 december

8-9 Röd

9:00-9:50 Rosa

10:00-10:50 Öppen träning för åkare från Blå, Lila och Turkos grupp (med tränare på isen).

14:00 C- hallen Vi kommer ha en programuppvisning för alla konståkningsgrupper under eftermiddagen. Så boka in eftermiddagen och kom och titta och heja på alla våra duktiga åkare! Tävlingsåkarna visar sina program och de som ännu inte börjat tävla kommer få en "slinga" att åka till musik på isen. Mer information kommer.

- **V. 51** Måndag till torsdag, träning enligt ordinarie schema.
- **Sista träningsdag före jullovet blir torsdag 22 dec.**
- **Fredag 23 december kl. 15:00-17:50** Egen träning för de som önskar. Ingen tränare på isen så det sker under eget ansvar.
- **28 december** erbjuder vi en extra träning för åkare i blå, lila, röd och rosa enligt följande schema.
 - 15:00-16:00 Röd
 - 16:00-16:10 spolning
 - 16:10-17:00 Rosa
 - 17:00 –17:50 Blå + Lila
- **Happy New Ice – ett dagläger 2-6 december** som vi har tillsammans med åkare och tränare från RKF. Ni hittar information och anmälan både i mail som gått ut och på vår hemsida.
- **Vårterminen startar lördag 7 januari.**