

Göteborg 2018-09-05

# Raceprepparkurser alpint säsongen 18–19

Vi har under alla år upplevt ett behov från Raceåkare samt deras föräldrar att handgripligen visa hur man på ett enkelt, effektivt och korrekt sätt sköter utrustningen och får till ett bra resultat. Vi har sett så många dåliga exempel på felaktig preppad utrustning, för att man inte vet bättre. Det finns och cirkulerar alldeles för mycket halvsanningar och dåligt underbyggd "fakta" från "förståsigpåare" runt omkring i skidvärlden. Vi vill hjälpa er att rensa i denna djungel och bygga på er kunskapsbank. Vi kommer att hålla tre olika kurser under hösten, Nivå 1, 2 & 3, datum ser ni nedan.

Vi kommer att ha ett begränsat antal platser varje gång och du kommer att behöva anmäla dig till kurserna via vår [Facebooksida](#).

## Nivå 1 grundkurs, vänder sig till upp till U12: (Tis. 6/11 & 4/12)

På denna kurs kommer vi att gå igenom alla grundläggande moment gällande skidvård, hur du underhåller kanter, vallar skidorna samt slutfinish. Vilka verktyg och vallor du behöver för basbehovet. På denna kurs vänder vi oss till föräldrarna.

## Nivå 2 påbyggnadskurs, vänder sig till U14 -U16: (Tis. 23/10)

På denna kurs går vi in lite mer i detalj, vi kommer att gå in lite djupare i allt, rekommendationer för olika kantvinklar samt belagsstruktur. Olika vallor samt dess användningsområden. Snötyper och lite termodynamik (förhållandet mellan struktur, valla, snötyp & friktion). På denna kurs vänder vi oss till föräldrarna & åkarna.

## Nivå 3 inriktning fart, vänder sig till U16-FIS: (Tis. 20/11)

På denna kurs är du en erfaren racingförälder eller åkare, vi kommer här att koncentrera oss på vad som gör att en skida går riktigt fort. Vi kommer att fördjupa oss i olika strukturer, vallor, snötyper samt termodynamik, (förhållandet mellan struktur, valla, snötyp & friktion). På denna kurs vänder vi oss till föräldrarna & åkarna.

