



Vill du prova att träna slalom i vinter?

Då är du välkommen till styrketräning för nya åkare med Intellectuell funktionsnedsättning tillsammans med Åre SLK (Åre slalomklubb) under hösten.

På träningen blir du starkare, får bättre balans och bättre kondition och lär känna nya vänner. Det hjälper dig när du åker skidor.

Vi tränar tillsammans med ledare från STC och Åre SLK. Ledarna hjälper dig och ser till att alla kan vara med.

Träningen är inomhus på STC:s gym i Åre.

Vem kan vara med?

Du som:

- är 13–29 år
- har en intellektuell funktionsnedsättning
- vill prova alpin skidåkning i vinter
- vill träffa andra som också är nyfikna på sporten

Upplägg

4 träningar under hösten 2026 och sedan är det frivilligt att prova på slalomträning för intresserade när snön har kommit

Efter varje träning fikar vi tillsammans och berättar mer om hur det är att träna och tävla slalom med Åre SLK.

Anmälan

Vi har bara 10 platser så anmäl ditt intresse snabbt.

Information:

Hur: Fyra söndagar i höst på ett gym med fika efter passet

När: 27 sep, 25 okt, 15 nov, 6 dec

Tid: 14:15-16:15 (2 timmar)

Var: Åre STC Gym, Kurortsvägen 20 Åre

Kostnad: Det är gratis att vara med

Anmälan: julie@ameen.se

Frågor:

Jonas och Julie Améen

Åre SLK

jonas@ameen.se alt julie@ameen.se

072-241 33 17 eller 070-374 47 06

