



## Aikuisten kiekkokoulu käynnistyy Karjaan Aktia jäähallissa

### Tule mukaan oppimaan jääkiekkoa!

Kiekkokoulu on tarkoitettu sinulle, joka pelasit ehkä kiekkoa koulussa, mutta et ole sen jälkeen saanut uutta mahdollisuutta, ja sinulle, joka et ole pelannut aikaisemmin, mutta aloittaminen olisi kivaa. Osaat seistä luistimilla ja haluat oppia, muita vaatimuksia ei ole.

Kiekkokoulu järjestetään sunnuntaisin klo 12–13 Karjaan urheilupuiston Aktia jäähallissa. Harjoitteleme jääkiekon perustaitoja: syöttämistä, luistelua, kiekonkäsittelyä ja laukomista. Tarvittaessa jaamme osanottajat kahteen tasoryhmään, joten kiekkokoulu sopii myös pidemmälle ehtineille harrastajille.

Kiekkokoulun valmentajina toimii Joonas Tolvanen (Seguro Training) ja Ice Team Raseborgin valmentajat (*Jarmo Julin, Pekka Weissenfelt*).

Koulun ensimmäiset harjoitukset järjestetään sunnuntaina 30.10.

Tarvittavat varusteet:

- Luistimet
  - Kypärä
  - Maila
  - Hanskat (suositellaan)
  - Kaulasuojus (suositellaan)
- (Hallista voit lainata kypärän ja luistimet, ellei sinulla ole omia)

Kiekkokoulu koostuu kahdeksasta harjoituskerrasta sunnuntaisin kl 12-13, 30.10-18.12. Kurssin hinta on 130 €, ensimmäinen kerta on ilmainen maistiainen. Kurssimaksu laskutetaan toisen harjoittelukerran jälkeen. Mikäli osallistujien määrä on alle 10, kiekkokoulua ei järjestetä.

Useat harrastelijajoukkueet pelaavat hallissa, joukossa yksi naisten joukkue. Näin ollen sinun on mahdollista jatkaa pelaamista kurssin jälkeen, joukkueet kaipaavat lisävoimia. Voit tuki myös perustaa oman joukkueen.

### Näin ilmoittaudut:

Lähetä sähköposti osoitteelle [aikuistenkiekkokoulu@iceteam.fi](mailto:aikuistenkiekkokoulu@iceteam.fi). Ilmoittautumiseen tarvitaan nimi, osoite sekä puhelinnumerosi. Mikäli tulee kysyttävää kiekkokoulusta, ota vapaasti yhteyttä [aikuistenkiekkokoulu@iceteam.fi](mailto:aikuistenkiekkokoulu@iceteam.fi)

Aikuisten kiekkokoulu järjestetään yhteistyössä Ice Team Raaseporin, Aktia jäähallin sekä Sledgehammer ladies harrastejoukkueen välillä.

Nähdään hallissa – Tervetuloa!

*Mia Westerholm, Sledgehammer ladies*  
*Jan Engblom, Ice Team Raseborg*  
*Janne Lindholm, Aktia Ishall*