



# Kom med och lär dig spela ishockey!

## Hockeyskola för vuxna startar i ishallen i Karis

Hockeyskolan är för dig som kanske spelade ishockey i skolan men inte har fått en chans efter det eller aldrig har spelat men tycker att det verkar skojigt. Du måste kunna stå på skridskor och vara motiverad, andra krav finns inte. Hockeyskolan är avsedd för både kvinnor och män.

Hockeyskolan ordnas i Aktia ishall i idrottsparken i Karis åtta söndagar kl 12-13 under november och december. Vi övar grundläggande teknik som behövs i hockey; skinning, passningar, puckhantering och skott. Vid behov delas träningen i två grupper enligt skicklighet, dvs hockeyskolan passar även dig som är längre hunnen och vill förbättra din skridskoteknik.

Skolan leds genom ett samarbete mellan hockeytränare Joonas Tolvanen och Ice Team Raseborgs hockeytränare (Jarmo Julin, Pekka Weissenfelt).

Skolan startar söndag 30.10 och avslutas 18.12 (8 ggr)

Det här behöver du:

- Skridskor
- Hjälms
- Klubba
- Handskar (önskvärda)
- Halsskydd (önskvärda)

(Skridskor och hjälm kan du låna i hallen om du inte har egna)

Skolan pågår under åtta söndagar kl 12-13, från 30.10 till 18.12.

Kursen kostar sammanlagt 130 €, första gången 30.10 är ett gratis, "prova på tillfälle". Kursen faktureras i sin helhet efter det andra träningstillfället. Ifall deltagarantalet är färre än 10 ordnas inte Hockeyskolan.

I hallen verkar flera herrlag och ett damlag som spelar på hobbynivå, för sitt eget nöjes skull. Om kursen ger mersmak, tar lagen gärna emot nya spelare.

**Anmäl dig genom att skicka en e-post till adressen [hockeyskolaforvuxna@iceteam.fi](mailto:hockeyskolaforvuxna@iceteam.fi)** med namn, adress, telefonnummer. Tveka inte att ta kontakt till samma e-postadress vid eventuella frågor!

Hockeyskolan ordnas i ett samarbete mellan Ice Team Raseborg, Aktia Ishall samt hobbylaget Sledgehammer ladies.

Vi ses i hallen - Välkommen!

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