



## Velkommen til snowboardlinja 2017/2018!!

Sommeren gjør et forsøk på å komme og ferie nærmer seg med stormskritt. Så vi vil bare sende dere en liten sommerhilsen før sola, sene kvelder, skateboardet, vannsport og andre sommeraktiviteter tar overhånd.

Vi gleder oss veldig til at dere kommer og bli kjent med dere. Barmarkaktivitetene vil bli lærerstyrt, studentstyrt, elevstyrt og basert på egentrening.

I **turnhallen** vil mye av oppgavene gå på balanse, romorientering og koordinasjon rettet mot snowboard.

I **svømmehallen** blir det romorientering og rotasjoner vektlagt, samt bryte grenser.

På **skolen** blir det styrketrening, ballspill, oppsett av snowboardparken m.m.

**Skateing** vil foregå lokalt, Løten og Hamar.

### *Litt praktisk informasjon:*

Den første uka på skolen går til å bli kjent, rutiner, starte jobbing i linjer (snowboard).

Den andre uka reiser vi til Glitterheim. Det er viktig at dere har med snowboard utstyret (også hjelm). Er det nok snø på Glittertind, går vi til topps og står ned så langt det er kjørbart.

Den tredjeuka blir det vanlig timeplan.



Vi jobber på barmark frem mot jul.

**Trysilfjellet** blir hovedarenaen vår om vinteren. Hvor studieturen går kommer vi tilbake til, når dere har startet. Forrige skoleår var i Hintertux(høst) og Laax(vinter).

**Husk!** Treningstøy, badetøy, snowboard, skateboard (fordel om du har), sykkel med god lås!! (gjør det lettere å komme inn til sentrum, samt har alle en sykkel kan vi bruke den i timeopplegg)

Er det noe dere lurer på – ta umiddelbart kontakt med skolen eller Marius, marius@elverumfhs.no og på facebookgruppa - Snowboardlinja 2016-2017 - Elverum folkehøgskule

Vi ønsker dere en riktig god sommer og vel møtt til skolestart. Vi gleder oss veldig ☺

Hilsen

*Marius*