



Västra Frölunda KK arrangerar ***”Moment med poäng”***

En rolig sportlovsaktivitet där vi denna gång tävlar både i lag och även, om man vill, med individuella tekniska poäng.

När: 13 februari Var: Slottskogens ishall ”Rinken”

Tidsschema:	kl. 15.00	Välkomna in i ishallen
	kl. 15.15-15.45	Uppvärmning på is för alla
	kl. 15.45	Spolning
	kl. 16.00	Tävlingsstart lag 1
	kl. 16.30	Tävlingsstart lag 2
	kl. 17.00	Tävlingsstart lag 3
	kl. 17.30	Prisutdelning
	kl. 17.50-18.30	Fri åkning/träning

'Moment med poäng', vad är det?

Alla klubbens åkare som har ett program eller tränar på en slinga har fått chans att anmäla sig. Denna gång blir det som tidigare att man tävlar i lag.

VFKK gör lagindelning där åldrar och kunskap blandas.

Alla åker sitt program/slinga där de 6 första momenten kan generera poäng.

Vid klarat moment (Hopp, piruett eller en stegsekvens) får man 1 poäng och max poäng är alltså 6 poäng.

(Dubbel Lutz är lika mycket värd som en enkel Salchow eller Tupp-piruett).

Denna gång har åkarna även möjlighet att få tekniska poäng för varje moment.

Vi använder internationella förbundets (ISU) "scale of value" men i en förenklad version.

Våra tränare kommer denna dag vara coach, speaker och domare.

Målet är att alla har kul, åker sina program under tävlingslika förhållanden och att vi skapar en stark klubbkänsla med heja ramsor och ljudliga applåder.

Vinnande lag får äran att åka ärevarv runt isen och alla medverkande får pokal.

I vårt nya café är det försäljning av fika, rosor och konståkningsartiklar.

Välkomna till en spännande eftermiddag!



Hälsningar Tränarna/ Maria

maria.cc.bergqvist@telia.com