

trainingsmenu recreanten jeugd 2011-2012

a schaatsles jeugd van 6 tot ongeveer 11 jaar (basis en gevorderd)

Een gevarieerde jeugdtraining waarin alle basis schaatstechnieken en vaardigheden aan bod komen. De verhouding oefeningen en spelvormen is ongeveer 60% - 40%. De spelvormen zijn gekoppeld aan de technische doelstelling en het verbeteren van de behendigheid en coördinatie van de kinderen. De technische aanwijzingen worden hierbij verpakt in een speels jasje. Op maandag en vrijdag zijn er meerdere groepen waarbij kinderen worden ingedeeld naar leeftijd en schaatsvaardigheid.

Ingrediënten: een speelse aanpak voor kinderen, veel plezier in het oefenen van vaardigheden op schaatsen, met elkaar samenspelen en van elkaar leren. Het spelen met allerlei materialen om beter te leren schaatsen.

Maandagmiddag 16.30 uur *)
Vrijdagmiddag 16.30 uur *)

Kosten:
schoolschaatspas, zie verderop
eventuele chippas € 7,50

Dit geldt voor één keer trainen per week op hetzelfde tijdstip.

Aanmelden

- mailbericht met gegevens naar ledenadministratie marryvanbenthem@planet.nl of via website
- optioneel: aanmeldingsformulier KNSB licentie kleine banentoernooi

b schaatsles voor alle jeugd vanaf 12 jaar en voor gevorderde jeugd vanaf ca. 9 jaar

Een gevarieerde jeugdtraining waarin alle basis schaatstechnieken en vaardigheden aan bod komen. De verhouding oefeningen en spelvormen is ongeveer 80%- 20%. De nadruk ligt op het langer bezig zijn met een technische oefening. De les vraagt van het jeugdlid wat meer concentratievermogen. De trainingvormen zijn bedoeld om behendigheid en coördinatie te oefenen. Voor kinderen jonger dan 12 jaar is het eerder schaatsles hebben gehad een vereiste.

Ingrediënten: Een kindgerichte training van alle schaatsvaardigheden met veel aandacht voor het goed aanleren van de basistechnieken. Daarnaast de mogelijkheid om samen met anderen te spelen met evenwicht, behendigheid en snelheid.

Maandagavond 18.15 uur

Kosten:
ledenpas jeugd t/m 12 jaar € 70,60
ledenpas jeugd vanaf 13 jaar € 93,15
eventuele chippas € 7,50

Dit geldt voor één keer trainen per week op hetzelfde tijdstip.

Aanmelden

- mailbericht met gegevens naar ledenadministratie marryvanbenthem@planet.nl of via website
- optioneel: aanmeldingsformulier KNSB licentie kleine banentoernooi

c Schaatsen op Maat

Een schaatsles speciaal voor kinderen met een motorische beperking. Er wordt lesgegeven op een aangepaste wijze. Tijdens de les zijn extra vrijwilligers aanwezig om de kinderen te

helpen de vaak voor hen moeilijke oefeningen uit te voeren. De verhouding oefeningen en spelvormen hangt af van de lesstof.

Ingrediënten: een individueel aangepaste begeleiding, veel aandacht voor de eigen mogelijkheden, het samen leren schaatsen op jouw eigen manier. Daarnaast natuurlijk een heleboel spelletjes om angst te overwinnen en te ontdekken wat je allemaal kan op schaatsen.

Maandagavond 18.15 uur

Kosten:

ledenpas jeugd t/m 12 jaar € 70,60

ledenpas jeugd vanaf 13 jaar € 93,15

eventuele chippas € 7,50

Dit geldt voor één keer trainen per week op hetzelfde tijdstip.

Aanmelden

- mailbericht met gegevens naar ledenadministratie marryvanbenthem@planet.nl of via website
- optioneel: aanmeldingsformulier KNSB licentie kleine banentoernooi

Voor meer informatie over schaatsen op maat en aanmelding hiervoor:

Wendy Op de Beek (06-47480987, wopdebeek@casema.nl)

Ook kinderen die al eerder bij SOM hebben geschaatst worden verzocht voor inschrijven contact op te nemen met Wendie.

Schoolschaatspas

Ook dit seizoen kan de recreatief rijdende jeugd in de schoolleeftijd een zgn. schoolschaatspas aanschaffen.

De aanvraag van deze schoolschaatspas verloopt geheel buiten het reguliere systeem om. Daarbij is het van belang dat de aanvrager zelf beschikt over een computer en een webcam en zijn/haar pas persoonlijk aanvraagt van thuis uit via internet. Dit is dus een andere toegangspas dan de reguliere verenigingspas!

De pas is uitsluitend bestemd voor gebruik op publieksuren en jeugdleden van Ballangrud die op maandag- en/of op vrijdagmiddag training hebben, kunnen hiervan dus mee profiteren. Zij kunnen dus niet alleen op die uren trainen tegen een sterk gereduceerd tarief, maar ook vrij schaatsen op andere publieksuren.

Zie voor meer informatie onze website svp: www.schaatsbaanbreda.nl.

-

Belangrijk:

- ▶ *Deze schoolschaatspas geldt uitsluitend voor schaatsen tijdens publieksuren.*
- ▶ *Is niet verkrijgbaar bij de receptie van de ijsbaan.*
- ▶ *Geldt voor jeugd in de leeftijd van 6 jaar tot en met 18 jaar.*
- ▶ *Is alleen geldig gedurende één schaatsseizoen.*
- ▶ *Seizoenstarief bedraagt € 47,50 per persoon.*

- ▶ *Bij verlies moet een nieuw exemplaar aangemaakt worden tegen extra kosten.*
- ▶ *Pasbezitters hebben geen toegang via de poortjes, maar alleen op vertoon van hun pas aan de receptioniste èn vanaf 12 jaar ook met een legitimatiebewijs.*
- ▶ *Pas vergeten = los entree betalen.*