Ni har fått en inbjudan till att delta på Slinguppvisning **lördagen 28/3**

Vad innebär Slinguppvisning?
Åkaren får ett par träningar inför öva på ett litet kort program (en slinga med steg) till musik. Den aktive får på uppvisningsdagen välja att utföra slingan själv, med ledare eller med en kompis. Syftet till uppvisningen är att få testa och öva på ett program under milda tävlingsliknande former där fokus är på att ha roligt. För dagen kommer det att finnas en startordning utefter hur åkarna har anmält sig. I tur och ordning får de beträda isen. Kontrollera att ert barn finns med på listan när den kommer ut.

Tillvägagångssätt:
De barn som ska delta på slingan har möjlighet att värma upp off-ice med hjälp av tränare från kl _____. Uppsamling för detta är i danssalen. Väl på isen sker en kortare uppvärmning på en tredjedel av isbanan. Det kommer vara 6 åkare på uppvärmningsdelen åt gången, första åkaren kommer få 4 minuters uppvärmning precis som på system 1 tävling (första tävlingen efter avklarat tävlingstest). Musiken som spelas väljs av den som spelar musik och är slumpvis utvald.

Klädsel:
Under slingan rekommenderar vi dräkt eller kjol, vanligare träningskläder går också bra. Åkarna ska vara färdigklädda tills uppvärmningen. Det viktiga är att åkaren känner sig bekväm. Hjälmen behåller vi på.

Efter åket:
Det är vanligt att efter en åkare har gjort sitt program så kan en liten blomma eller gosedjur kastas ut på isen som barnen får ta med sig hem. Det är upp till var och en hur man vill göra. Alla blommor och gosedjur måste vara inslagna i cellofan eller plast för att inte något ska fastna på isen. När alla hunnit åka sin slinga på isen är alla åkare välkomna tillbaka på för fotografering och diplom! Här är även föräldrar välkomna ner till isen för bättre bilder.

Åskådare:
Sportslighet är viktigt, därför vill vi gärna ha en stor och glad, engagerad publik på läktaren som hejar fram ALLA åkare! Svenska Konståkningsförbundet har en slogan som lyder: Glädje, Glöd, Gemenskap! Det strävar vi alltid efter att följa. För alla åkarnas trevnad ber vi samtliga föräldrar hålla sig uppe på läktaren. Möjlighet för fotografering nere vid isen får ni vid slingans slut.

Anmälan:
Sker via ett utskick via SportAdmi där ni tackar ja eller nej till dagens Slinguppvisning.

Uppdaterad startordning och exkata tider kommer närmare via utskick från SportAdmin. Sista anmälningsdagen är _____ . Hoppas på många taggade åkare som vill vara med!

Varmt välkomna!