



## Hej alla duktiga konståkare!

### **Information gällande gruppansvariga tränare**

Tränare och styrelse har tillsammans arbetat fram en modell där varje grupp, från vecka 45 kommer att ha en gruppansvarig tränare. Detta gör vi för att åkare/vårdnadshavare lättare skall kunna veta till vem man i första hand kan vända sig till med diverse frågor. Information om vilken tränare som har ansvar för just din grupp finns på hemsidan ([läs mer här](#)) Gruppansvarige tränares uppgift är framför allt att se till att åkaren trivs och mår bra men även att varje åkare, i god tid inför tävlingsssäsongens start, har ett program att tävla med. Tränaren ser också till att, när åkarens musik har mejlats in till dem, laddas upp i IndTa så att varje arrangör av tävlingar får tillgång till korrekt musik. Detsamma gäller inmatning/uppdatering av PPC i IndTa för de tävlingsklasser där detta tillämpas. Ansvarig tränare kommer också att ha dialog med åkare när det börjar närma sig test (mer information om de olika tester som finns i konståkning finns [här](#)). Har du som åkare/vårdnadshavare frågor är det i första hand till din gruppansvarige du skall vända dig.

Tänk gärna också på att mycket information kan du hitta på vår nya hemsida som ständigt är under utveckling.

### **Ny information gällande koreografi och klippning av musik i VFKK**

Några söndagar framöver kommer Ni få ett erbjudande om att boka in er på koreografi. Jenni Honkila kommer finnas på plats och man kan boka in sig på 25 minuters block. Väljer ni Julia eller Stina som koreograf kommer Jenni i stället att ersätta dem som tränare det blocket. Anmälningslänk kommer inom kort på mejl.

Koreografiträningen kommer genomföras under förutsättning att vi får ihop minst 4 block per söndag. Passa på att ta chansen att få klart eller att kanske uppdatera era program.

Ingen kostnad för koreografi utgår för det allra första tävlingsprogrammet man får, denna musik klipps även gratis av Julia eller Stina. Det är dock viktigt att den musik som åkaren har valt mejlats in i god tid innan planerad start av koreografi av programmet. Detta ansvar ligger på åkare/vårdnadshavare. Det första programmet (som utgörs av de slingor som våra tränare har arbetat fram) när en åkare har blivit stjärnåkare tränas in under ordinarie träningstid och det är gruppansvarig tränare som ombesörjer detta.

### **När du kommit lite längre och ska ha ditt andra program eller om åkare har ett program som måste uppdateras/göras nytt pga. byte av tävlingsklass;**

Vill du ha hjälp innan koreografiträning att klippa din valda musik till rätt längd så kontakta någon av tränare Jenni eller Julia på mejl:

[jenni.honkila@hotmail.com](mailto:jenni.honkila@hotmail.com)

[Julia@vfk.se](mailto:Julia@vfk.se)

Kostnad för klippning är 300 kr som faktureras åkaren av klubben. Det är viktigt att vald musik mejlats in i god tid innan planerad start av koreografi. Detta ansvar ligger på åkare/vårdnadshavare.



Kostnad för dessa program/koreografiträningar utgår enligt nedan och varierar beroende på vilken av klubbens tränare/koreografer man har valt.

#### **Tränare**

Julia Andersson  
Stina Geinäs  
Jenni Honkila  
Mathias Andersson  
Maria Bergqvist

#### **Kostnad**

230:- / timma (kan även bokas per halvtimme)  
230:- / timma (kan även bokas per halvtimme)  
330:- / timma (kan även bokas per halvtimme)  
450:- / timma (kan även bokas per halvtimme)  
450:- / timma (kan även bokas per halvtimme)

Bokas koreografi på åkarens egen grupps träningstid utgår ingen extra kostnad för istid men väljer man boka in koreografi på annan grupps is (detta skall dock först godkännas av gruppansvarig tränare) tillkommer 50 kr/timme i kostnad för extra tid som debiteras åkaren.

Har Ni frågor så kontakta gruppansvarige tränare eller styrelsen.

Vi passar också på att påminna igen om att mycket information kan du hitta på vår nya hemsida som ständigt är under utveckling.

**Med önskan om en fortsatt fin skridskohöst!**

**Tränare och Styrelse i Västra Frölunda Konståkningsklubb.**