

Invitasjon Ledsager kurs langrenn

Holmenkollen (11. Desember) **flyttes til 8 januar 2025**



Arrangør: Oslo Skikrets og Norges Skiforbund

Opptakskrav: Grunnleggende skiferdigheter og være fylt 16 år

Se gjennom denne filmen som omhandler ledsaging;

https://youtu.be/yPknycX_hgw?si=EM-VMzzGQWXVF7aI

Hva: Ledsagerkurs i langrenn er et emnekurs med varighet på 4 timer, og vil gi en opplæring i hvordan du på en god måte ledsager synshemmede på ski.

Pris: gratis

Kursets innhold; - Hva er en synsnedsettelse?

- Mobility
- Klassifisering av synshemmede
- Gjennomgang av ulike ledsagerteknikker i praksis

Når: onsdag 8.januar 2025, kl 17.30- 21.30

Sted: Holmenkollen (Skiforeningens klubbkafe- teori og utendørs for praksis)

Kurslærer: Anne Ragnhild Kroken

Påmeldingsfrist: 3.januar i **ISONEN**, meld på [HER](#)

Om du ikke finner klubben din i avkryssing, velg *FRITEKST* og fyll inn selv med klubbnavn eller bare skriv privat.

Spørsmål ang påmelding: Tove Andersen, tove.andersen@skiforbundet.no