

Alppikoulu1 (U8-10 aloittajat)

Ryhmän kuvaus:

Entry –tason ryhmä, jonka keskeisenä periaattena lumella hauskan pitäminen ja laskemisen perustaitojen oppiminen. Lapset oppivat toimimaan ryhmässä ja ystäväystävät harjoituskavereiden kanssa. Kilpailemista voidaan harjoitella seuran omissa kilpailuissa.

Ikä: 2015-2010 syntyneet

Harjoittelukausi:

- Syyskuu-kesäkuu

Harjoituskerrat:

- Talvikausi 2krt/vko
- Kesäkausi 1krt/vko

Leirit:

Mahdollisuus osallistua lähileirille Vihti Skissä ja 1-2 viikonloppuleirille Himoksella erillisestä maksusta (30 EUR/pvä)

Hinta:

- 280 EUR talvikausi
- 350 EUR koko kausi

Alppikoulu2 (U8-10/12 jatko)

Ryhmän kuvaus*:

AK1 jatkoryhmä, jolloin perustaitoja opetellaan aiempaa monipuolisemmissa olosuhteissa. Harjoituksissa on hauskaa ja harjoitusryhmästä muotoutuu mukava kaveriryhmä, jossa viihdytään ja opitaan uusia taitoja yhdessä. Kilpailemista harjoitellaan oman seuran ja etelän alueen kilpailuissa.

Ikä: 2013-2008 syntyneet

Harjoittelukausi:

- Syyskuu-kesäkuu

Harjoituskerrat:

- Talvikausi 2krt/vko
- Kesäkausi 1krt/vko

Leirit:

- 1 krt pohjoisen leiri
- 1 krt Himos
- 2 krt lähileiri Vihti

Hinta:

- 790 EUR koko kausi

**) Ryhmä soveltuu laskemisen perustaidot omaaville ja niille lapsille, jotka haluavat harjoitella ja kilpailla kevyemmin kuin AK3 ohjelmassa*

Alppikoulu3 (U10-12 kisa)

Ryhmän kuvaus*:

Toiminta rakentuu ympärivuotisen harjoittelun ympärille. itseohjautuvuus ja vastuunottaminen ovat keskeinen osa harjoittelua, koska tavoitteena on oppia ymmärtämään miten ja miksi harjoitellaan. Harjoittelemine on hauskaa tiivissä kaveripiirissä. Aktiivinen osallistuminen ES-cupiin ja valtakunnallisiin loppukilpailuihin.

Harjoittelukausi:

- Elokuu-kesäkuu

Harjoituskerrat:

- Talvikausi U12:3krt U10:2krt/vko
- Kesäkausi U12:3krt U10:2krt/vko

Leirit:

- U12 ohjelma:
 - 5 krt pohjoisen/ulkomaan leiri
 - 3 krt Himos/lähileiri Vihti
 - Noin 3krt kisaleiri
- U10 ohjelma:
 - 3 krt pohjoisen/ulkomaan leiri
 - 2 krt Himos/lähileiri Vihti
 - Noin 2krt kisaleiri

Hinta:

- U12 ohjelma: 1800 EUR
- U10 ohjelma: 1300 EUR
- Vain talvikauden viikkovalmennus: 590 EUR

**) Ryhmä eriytetään tarvittaessa ikä- ja taitotason perusteella*

Alppikoulu4 (U14-18 Audi)

Ryhmän kuvaus:

Tarjoaa ympärivuotisen valmennuksen kansallista kilpailukiertuetta kiertäville nuorille urheilijoille. Ryhmän toiminnan peruseriaatteen on ammattimaisen harjoittelun perusteiden omaksuminen, jolloin urheilija osaa itse ottaa vastuuta harjoittelustaan. Motivaatioilmasto kannustaa oppimaan, jonka lisäksi harjoituskavereista saa mukavaa seuraa. Pääpaino kilpailemisessa on kansallisen tason Audi-cupissa.

Harjoittelukausi:

- Elokuu-kesäkuu

Harjoituskerrat:

- Talvikausi 3krt/vko
- Kesäkausi 3krt/vko

Leirit:

- 7krt pohjoisen/ulkomaan leiri
- Kisaleirit kalenterin mukaisesti

Hinta:

- Koko ohjelma: 3100 EUR
- Vain kotimaa: 2400 EUR
- Vain viikkovalmennus: 900 EUR

Hinta seuran ulkopuoliset:

- Koko leiriohjelma: 2400 EUR
- Vain kotimaan leirit: 1700 EUR

Alppikoulu5 (U12-18)

Kilpailupainoitteinen

Toiminta rakentuu tavoitteellisen harjoittelun ympärille, mutta on sisällöltään AK4 ryhmää kevyempi vaihtoehto. Kilpailemisen painopiste on ES-cupissa ja mahdollisesti valikoiduissa Audi-cupin osakilpailuissa.

Harjoittelukausi:

- Syyskuu-kesäkuu

Harjoituskerrat:

- Talvikausi 3krt/vko
- Kesäkausi 2krt/vko

Leirit:

- 3krt Pohjoisen leiri
- 3krt Himos/lähileiri Vihti

Hinta:

- 1100 EUR

Harrastepainotteinen

Motivoitunut nuorten harrasteryhmä, jonka toimintaan on helppo tulla mukaan. Toiminnan keskeisen periaatteena on omien taitojen kehittäminen ja rinteessä hauskanpittäminen.

Harjoituskerrat:

- Talvikausi 3krt/vko

Hinta:

- 450 EUR

Kaikkien ryhmien mahdollista osallistua lisäleiritykseen AK1-AK2: 30 EUR/pvä; AK3-AK5: 35 EUR/pvä ja seuran ulkopuoliset 40 EUR/pvä. Soveltuvat leirit valitaan yhdessä valmentajan kanssa. Huom. Tämä on alustava suunnitelma, joka pohjautuu oletukseen tietystä ryhmäkohtaisesta laskijamäärästä sekä varainkeruun tuo tosta.