



### Info om Skateboardkurs i Oslo skatehall.

#### November og desember 2021.

1. Først litt generell info.
2. Forklaring av kurskalenderen frem mot jul
3. Kurskalenderen
4. Påmelding

## 1. Generell info

Våre skatekurs handler om å få en positiv opplevelse av og på ett skateboard, mestring og lek.

Alle som skal delta på 1,15 timer skatekurs i Oslo skatehall MÅ være REGISTRERT/PÅMELDT og HA BETALT via ett påmeldingsskjema. Det er altså ikke mulig å møte opp og melde seg på i skatehallen.

**NB! Det er påmelding hver gang og vi har begrenset med plasser.**

- Når: tirsdager og torsdager
  - Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15
  - Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45
- Hvor: Oslo Skatehall, Stavangergata 28.
- Pris: 200,- pr. kurs a 1 t og 15 min (inkluderer evt. inngang i hallen om man ikke har «ut åre kort»).
- Evt. leie utstyr er inkludert i prisen. Vi har alle strl. på hjelmer og Skateboards.
  - Vi har pr. idag ikke utlån av håndledds-, kne- og albuebeskyttere.

#### FOR HVEM:

- For å delta MÅ deltager ha begynt på skolen.
- Hvert kurs tilpasse deltagerens nivå og man kan fint være med på skateboardkurs flere ganger.
- Noen velger å være med engang, øve litt selv for så å ta ett nytt kurs.
- Kursene varer 1 time og 15. min.

## 2. Forklaring av kurskalenderen:

Barn/unge

Ungdom/voksne

Nybegynner/Litt øvet

- Nybegynner/Litt øvet
- Grunnleggende opplæring
- Basic tricks etter grunnleggende
- Kan låne utstyr i Oslo Skatehall
  - Vi har Skateboard og Hjelmer, ikke beskyttere (kne/albue/håndledd) til utlån

Øvet

- Øvet
- Kanskje vært på kurs hos oss før

- Skatet en del selv
- Klarer seg fint i parken alene
- Kan ollie i fart
- Kan drop in ulike høyder, steder i en park
- Kan kick turn ulike høyder, steder i en park

### 3. KURSKALENDEREN FREM MOT JUL:

NOVEMBER			
UKE 44	Tirsdag 2. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 2. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 4. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 4. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 45	Tirsdag 9. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 9. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 11. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 11. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 46	Tirsdag 16. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 16. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 18. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 18. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 47	Tirsdag 23. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 23. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 25. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 25. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 48	Tirsdag 30. November	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 30. November	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
DESEMBER			
UKE 48	Torsdag 2. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 2. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 49	Tirsdag 7. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 7. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 9. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 9. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 50	Tirsdag 14. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 14. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
	Torsdag 16. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Torsdag 16. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	
UKE 51	Tirsdag 21. Desember	Kurs 1 - Kl. 17.00-18.15	
	Tirsdag 21. Desember	Kurs 2 - Kl. 18.30-19.45	

  

<b>Barn/unge</b>
<b>Ungdom/voksne</b>
<b>Nybegynner/Litt øvet</b>
<i>Nybegynner eller prøvd litt før</i>
<i>Grunnleggende opplæring</i>
<i>Basic tricks etter grunnleggende</i>
<i>Kan låne utstyr i Oslo Skatehall</i>
<i>Skateboard og Hjelm</i>
<b>Øvet</b>
<i>Kanskje vært på kurs hos oss før</i>
<i>Skatet en del selv</i>
<i>Klarer seg fint i parken alene</i>
<i>Kan ollie i fart</i>
<i>Kan drop in ulike høyder, steder i en park</i>
<i>Kan kick turn ulike høyder, steder i en park</i>

### 4. Påmelding

LINK TIL PÅMELDINGER HER -> [http://osloskatehall.no/uploads/A\\_pam\\_skatekurs\\_OSH.pdf](http://osloskatehall.no/uploads/A_pam_skatekurs_OSH.pdf)

----

I Oslo Skatehall er det også FAMILIESKATE på søndager. Voksne og barn kan da være sammen i hallen.

Familieskate kan også passe for de aller minste på 3-6 år som en intro til skateboarding. Se og lære av likesinnede med voksne/foreldre som hjelper og motiverer inne i hallen. På søndager er det pr. idag ingen kurs eller opplegg rundt familieskaten, men vi har ofte en hallvakt fra Oslo skatehall som er aktiv skater for å hjelpe og motivere.