

## Start2Skate: bind de schaatsen eens onder!

Denk jij er wel eens aan om de schaatsen onder te binden en te genieten van het glijden over het ijs? Grijp dan nu je kans en Start2Skate!



Bij Start2skate leer je in vier trainingen de basistechnieken van het schaatsen. Daarnaast leer je over veiligheid, schaatskleding en schaatsmateriaal. Je wordt begeleid door de professionele trainers van IJclub Eindhoven. Start2skate sluit na vier weken af met je eigen prestatietocht: 20 minuten non-stop schaatsen. Het leukste is: je doet het niet alleen! De details:

Start: zondag 14 januari 2024; Eind: zondag 4 februari 2024

Maximaal aantal deelnemers: 30; Leeftijd: van 12 tot 80 jaar

Kosten: € 20,00; hiervoor krijg je:

- 4x toegang tot de ijsbaan
- Een veilig gevoel op het ijs
- Trainen in een groep = gezelligheid
- Vier schaatstrainingen op je eigen niveau
- Begeleiding van een professionele trainer
- Uitleg over schaatsmateriaal en kleding
- Deelname aan de prestatietocht

Vereist: Schaatsen (eventueel huren bij RONOsport), bescherming: helm en handschoenen

Inschrijven: mail naar [info@ijce.nl](mailto:info@ijce.nl).

### Sessies

Training 1: zondag 14 januari 2024; 08:15 tot 10:30u

- Ontvangst
- 1e training
- Introductie basis schaatstechniek

Training 2: zondag 21 januari 2024; 08:30 tot 10:30u

- 2e training
- Introductie schaatskleding

Training 3: zondag 28 januari 2024; 08:30 tot 10:30u

- 3e training
- Introductie schaatsmateriaal

Training 4 zondag 4 februari 2024; 08:30 tot 10:30u

- 4e training (kort)
- Prestatietocht
- Introductie IJCE

Locatie: IJssportcentrum Eindhoven

Antoon Coolenlaan 3

5644 RX Eindhoven

### Over IJCE

Met meer dan 700 leden is IJCE de grootste schaatsvereniging in noord- en zuidoost Brabant. Naast schaatsen biedt IJCE een volledig scala aan schaats gerelateerde sporten, in de zomer én winter: Shorttrack, Skeelers, Wielrennen, Mountainbiken, Bostraining. Bij IJCE zijn deskundige trainers aanwezig die zorgen dat de juiste techniek wordt aangeleerd en aandacht wordt besteed aan uithoudingsvermogen, kracht, snelheid en lenigheid.