

# ÅRSHJUL FOR SKILINJEN PÅ SINE

Alsidig skiforberegende træning 2-3 gange om ugen

Skiteori 1-2 gange om ugen

4-6 gange træning af skiteknik på skibånd  
3-6 gange i skihal i Tyskland eller Holland

Permanent backyard setup

Du bliver Alpin Klub Instruktør

