

## **B15: Piger/drenge Sjipperne (øvede) 9-15 år**

**Holdbeskrivelse:** Sjipning er en udfordrende, men meget sjov sport. På dette øvede hold vil du blive udfordret på det, du i forvejen kan i et sjippetov, derfor er det yderst vigtigt, at du har et vist niveau. Derudover vil der blive bygget videre på nye og mere komplicerede tricks. Der vil blive lagt stor vægt på både det enkelte individs udvikling, men også udviklingen af holdet som helhed, igennem en anderledes træning, hvor der er plads til sjov og spas!

**Krav:** Du skal være øvet i et sjippetov. Før du tilmelder dig dette hold, skal du have snakket med trænerne, medmindre du gik på B15 i den sidste sæson. Og du skal have et par "stødsikre" indendørs-træningssko og træningstøj.

**Særligt:** Hvis du har langt hår, så husk en hårelastik og ikke mindst en vanddunk, da du kommer til at svede.