



Smørekurs

Lyst til å lære mer om skismøring, eller fylle på med kunnskap?

Klubbene; Høybråten & Stovner, Oslo Skiskytterlag og Lillomarka skiklubb inviterer til smørekurs i Lillomarka arena. Kursholder Bjørn Kristian Bratlie har lang erfaring fra nasjonalt og internasjonalt nivå.

Kurset holdes tirsdag 6. november i Lillomarka arena.

Kurset er for alle nivå, men vi har valgt å dele opp i to sesjoner.

Møt opp i god tid utenfor klubbhus.

Nybegynnere fra kl 18.00 – 19.00

- Flytende smøremidler, feste og glid
- Behandling av felleski
- Hvordan gjøre det enkelt

Racing fra kl 19.15 – 21.00

- Struktur
- Festesmurning
- Glid i konkurranse

Det vil bli enkel servering av kaffe og noe å bite i.

Hjertelig velkommen!



**Tøffest
uten fluor**