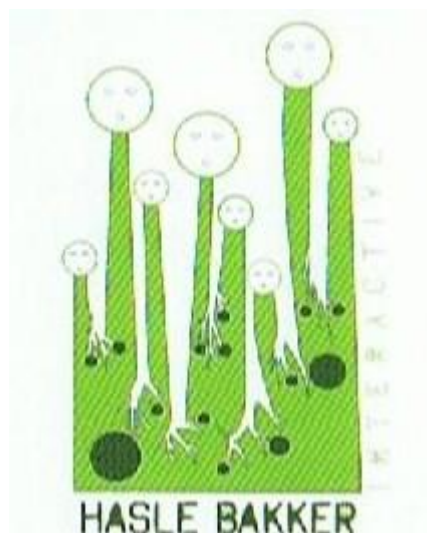


Til redaktionen

Rulleskiløb i Hasle Bakker

Skisæsonen indledes søndag den 11. september kl. 10.00 i Hasle Bakker, når Aarhus Skiklub indbyder alle interesserede til gratis rulleskitræning.



Selv om der formentlig er flere måneder til den første sne falder, så indledes skisæsonen allerede om få dage i Hasle Bakker, når Aarhus Skiklub søndag den 11. september står klar med rulleski, stave og gratis instruktion i den efterhånden meget populære disciplin, rulleski.

Interessen for at løbe på rulleski var overvældende, da Aarhus Skiklub sidste efterår afholdt en serie træningsløb, og derfor har klubben besluttet at gentage aktiviteterne i år.

Det var især glædeligt, at mange af områdets børn mødte op til ski-leg og instruktion, understreger arrangørerne.

En gruppe frivillige instruktører leder træningen, der tager udgangspunkt fra parkeringspladsen ved Lenesvej for foden af den store bakke.

Når deltagerne har fået lært den fornødne teknik, er der mulighed for at løbe skiløb på asfaltstierne rundt om bakkerne.

Aarhus Skiklub råder over adskillige sæt rulleski og støvler i mange størrelser, så der er mulighed for at låne udstyret. Det anbefales at medbringe knæbeskyttere og cykelhjelm. Skiløbere, der selv har rulleski, er også meget velkomne til at møde frem.

I spidsen for aktiviteterne står den erfarne rulleskiløber og instruktør Kaj Jensen fra Aarhus Skiklub.

Rulleskiløb dyrkes af mange danske skiløbere som træning til langrend og de store klassiske skiløb som f.eks. Vasaloppet, men det er også meget effektivt som alternativ træning i forbindelse med andre idrætsgrene. Det gælder f.eks. for løbere med overbelastningsskader, idet rulleskiløb er meget skånsomt for kroppen og samtidig en af de mest alsidige former for konditionstræning.

Rulleski er imidlertid en disciplin, der også dyrkes simpelthen fordi det er sjovt, understreger arrangørerne, der står klar med masser af tips og tricks til deltagerne.

Aktiviteterne foregår første gang søndag den 11. september kl. 10-12. De to næste arrangementer finder sted søndagene den 25. september og den 9. oktober. Alle er velkomne.

Yderligere information

Kaj Jensen, Aarhus Skiklub

Tlf. 86 27 40 29