



SKRIDSKODAG

VID TRANHOLMEN

LÖRDAG 6 FEBRUARI

LILLA VIKINGARÄNNET

Anmälan vid
starten.

Skridskolopp för barn och ungdom.

KL 9-12

LÅNGFÄRDSSKRIDSKOTUR.

Om isen tillåter gör vi en tur på Långtarmen.

Fullständig säkerhetsutrustning krävs.

KL 11-12.30

LILLA VIKINGARÄNNET.

Anmälan vid starten. 20 kr/startavgift.

Diplom och reflex till alla startande.

Saft och bulle efter målgång. Isdubbar utlottas.

KL 11-12.30

LÅNGFÄRDSSKRIDSKO.

Demonstration av säkerhetsutrustning och åkteknik.

KL 12.30-13

SJÖRÄDDNINGEN.

Demonstration av isräddning med svävare.

KL 13-13.30 "PLURRÖVNING".

Demonstration hur man tar sig upp ur en isvak.

Prova själv under säkra förhållanden.

KL 13.30-14

EKERÖ RÄDDNINGSTJÄNST.

Demonstration av räddning ur isvak.

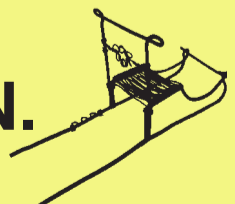
KL 11-15 KAFÉ TRANAN.

Öppet med försäljning av korv och kaffe mm.

PROVA PÅ ATT

ÅKA SPARK PÅ ISEN.

Lånesparkar finns.



MÄLARÖARNA

www.friluftsframjandet.se/malarnoarna

FRILUFTS
FRÄMJANDET

