

IFK Helsingborg Konståkning



RIKTLINJER OCH MEDLEMSREGLER 2026/2027

Innehåll

1	Träningsgrupper IFK Helsingborg konståkning	5
2	Grundläggande avgifter	6
2.1	Medlemsavgift	6
2.2	Träningsavgift per termin 2026/2027	6
2.3	Tävlingslicens	6
2.4	Inbetalningar	7
3	Övriga avgifter	7
3.1	Tävlingsprogram	7
3.2	Tävlingsavgift	7
3.2.1	System 1	7
3.2.2	System 2	7
3.2.3	system 3 och DM	8
3.2.4	Nationella serien	8
3.2.5	Nationella seriefinal och SM	8
3.3	Tester	8
3.4	Sammandrag	8
3.5	Skridskoslipning	8
4	Obligatoriska aktiviteter för att samla in pengar till konståkningssektionen	9
4.1	New Body	9
4.2	Idrottsrabatt	9
4.3	Skridskoskolans insläpp	9
4.4	Sponsring	9
5	Arrangemang under säsongen 2026/2027	10
6	Övrig information	10
6.1	Års- och föräldramöte	10
6.2	Skridskoskolan	10
6.3	Föräldrautbildning	10
6.4	Konståkningssektionens arbetsgrupper för föräldrar	10
6.4.1	Tävlingsgrupp & Showgrupp	10
6.4.2	Mat och fikagrupp	11
6.4.3	Bygg grupp	11
6.4.4	Funktionärsgroup	11
6.4.5	Sponsorgrupp	11
6.4.6	Värdegrundsgrupp	11
6.5	Träningsperioder & Eftersäsongsträning – våren 2027	11
6.6	Uppstartsläger – hösten 2027	12

6.7	Att tänka på inför träning	12
6.8	Förälder i idrotten (enligt Svenska konståkningsförbundet)	12
6.9	Program och koreografi träning utanför klubbens regi	12
6.10	Schema och träningsgrupper	12
6.11	Kontakt med tränarna	12

IFK HELSINGBORG KONSTÅKNING SÄSONG

2026/2027

GLÄDJE, GLÖD OCH GEMENSKAP

IFK Helsingborgs Konståkningssektion är en del av Idrottsföreningen Kamraterna i Helsingborg och vi har funnits som sektion sedan 1959. Vi följer Svenska Konståkningsförbundets (SKF) värdegrund och ledorden Glädje, Glöd och Gemenskap. IFK Helsingborg konståkningssektion erbjuder alla oavsett kön, ålder, förutsättningar eller bakgrund möjlighet att genom skridskoskolans verksamhet lära sig skridskoåkningens grunder till att i konståkningssektionen fortsätta utveckla sig inom konståkningen upp till elitnivå.

IFK Helsingborgs Konståkningssektion har tillsvidareanställda huvudtränare samt timanställda tränare som sköter/ansvarar för verksamheten på isen.

IFK Helsingborgs Konståkningssektion har en ideell sektionsledning som leder det administrativa arbetet, planerar, organiserar och samordnar samt genomför det operativa arbetet med hjälp av föräldrar och de arbetsgrupper som är knutna till de olika ansvarsområden.

IFK Helsingborg konståkningssektion är också en ideell förening vars verksamhet bygger på ett obligatoriskt föräldraengagemang vilket tillsammans med träningsavgiften är en förutsättning för deltagande i klubbens verksamhet. Föräldrarna arbetar tillsammans i olika arbetsgrupper och hjälper till vid olika arrangemang och tävlingar. Föräldrarna deltar även tillsammans med våra aktiva i olika aktiviteter för att samla in pengar för sektionens verksamhet.

Tillsammans har vi roligt, kämpar och stöttar varandra. Skridskoåkningen är naturligtvis i fokus men åkarna är redan på ett tidigt stadium med och hjälper till i verksamheten. De leder, lär och tar ansvar.

Tillsammans är vi starka!

1 TRÄNINGSGRUPPER IFK HELSINGBORG KONSTÅKNING

Skridskoskola - Konståkningsskola - Konståkning

Alla är välkomna att anmäla sig till vår skridskoskola

Skridskoskolan är basen i vår verksamhet och första steget in i konståkningsvärlden. Träningen är 45 minuter, en gång per vecka på måndagar. Du behöver anmäla ditt barn inför varje period som är på 16 veckor. I skridskoskolan arbetar föreningens tävlingsåkare med att lära ut skridskoåkningens grunder och så småningom mer konståkningsanpassade övningar till de aktiva. Träningen som vänder sig till såväl nybörjare som mer stabila och erfarna skridskoåkare ger en bra grund för såväl konståkning som hockey eller bara allmän skridskoåkning. Anmälan görs via föreningens hemsida.

Utvecklas vidare i konståkningsskolan

För de som vill lära sig mer finns konståkningsskolan som är en fortsättning på skridskoskolan. Träningen är tre gånger per vecka och omfattar både isträning och fysträning. Är du intresserad av att börja i konståkningsskolan, ta kontakt med våra tränare för bedömning om du är redo, det viktigaste är att du har viljan. Du anmäler dig för en termin (hösttermin respektive vårtermin). Du får en anmälningslänk efter kontakt med tränare. Utöver träningsavgift ingår att hjälpa till vid våra egna arrangemang som tävlingar och isshow 2-3 gånger per år. Förälder eller annan anhörig till en åkare arbetar tillsammans i olika arbetsgrupper. IFK Helsingborg konståkningssektion är en ideell förening vars verksamhet är beroende av stort engagemang från både föräldrar och de aktiva. Du kan inte gå kvar i skridskoskolan när du börjar i konståkningsskolan.

Konståkning

Nästa steg är att börja träna flera gånger i veckan och med målet att börja tävla i konståkning. Övergång till en konståkningsgrupp sker i samråd med tränare. Våra åkare tränar 3-6 gånger per vecka, träning på is samt dans-, stretch- och fysträning. Du anmäler dig för en säsong. Utöver licens- och träningsavgiften ingår att hjälpa till vid våra egna arrangemang som tävlingar och isshow 2-3 gånger per år samt delta i aktiviteter för att samla in pengar. Om du åkt konståkning i en annan klubb och är intresserad av att börja i IFK Helsingborg, vänd dig till sektionens ledning så får du mer information. Anmälningslänk skickas ut av våra tränare.

Skridskoskolan 15+

Skridskoskolan 15+ vänder sig till ungdomar och vuxna från 15 år och uppåt. Till vår träning för ungdomar och vuxna är du välkommen om du är 15 år eller äldre, oavsett nivå. Träningen är 45 minuter en gång per vecka på söndagar. Du anmäler dig för en termin (hösttermin respektive vårtermin). Anmälan görs via föreningens hemsida.

2 GRUNDLÄGGANDE AVGIFTER

2.1 MEDLEMSAVGIFT

- Medlemsavgift: 300 kr + serviceavgift 50 kr

Medlems- och serviceavgiften debiteras en gång per år i samband med säsongstart (eller om man börjar senare, t ex period 2 i skridskoskolan erläggs den då).

Medlemsperioden löper fr.o.m 1/9 t.o.m. 31/8.

2.2 TRÄNINGSAVGIFT PER TERMIN 2026/2027

Åkaren **rekommenderas av föreningens tränare** att träna i den träningsgrupp (Axel 1, Axel 2, Lutz, Flipp eller Diamant 1 & Diamant2) som bäst motsvarar åkarens aktuella nivå, utveckling och träningsbehov. Varje träningsgrupp har ett fast antal ispass per vecka och en tillhörande terminsavgift enligt följande:

- **Axel 1:** 6 ispass per vecka – **5 000 kr**
- **Axel 2:** 5 ispass per vecka – **4 400 kr**
- **Lutz:** 4 ispass per vecka – **3 800 kr**
- **Diamant 1:** 4 ispass per vecka – **3 800 kr**
- **Flip:** 3 ispass per vecka – **3 200 kr**
- **Diamant 2:** 3 ispass per vecka – **3 200 kr**

Tidigare har det funnits en större flexibilitet att välja ispass, vilket har lett till att vissa träningar blivit överbelastade medan andra haft låg närvaro. För att skapa en jämn fördelning av åkare på samtliga istider och säkerställa en god träningsmiljö kommer åkarna därför att tilldelas en träningsgrupp med ett fast antal ispass. Detta gör det möjligt för tränarna att arbeta med grupper på liknande nivå och med ett lämpligt antal åkare på varje ispass, vilket ger bättre förutsättningar för en kvalitativ och säker träning.

Om åkaren anser att den tilldelade gruppens antal ispass per vecka är för omfattande finns möjlighet att inför terminsstart välja en grupp med färre träningstillfällen. Byte till en grupp med färre antal träningstillfällen kan inte göras under pågående termin.

Om åkaren önskar träna fler ispass än vad den tilldelade gruppen omfattar ska detta godkännas av huvudtränaren i mån av plats. Extra träningstillfällen debiteras med **600 kr per termin**.

Om enstaka träningstider krockar med skolans schema ska åkaren eller vårdnadshavaren kontakta tränaren så att en lämplig lösning kan diskuteras.

I avgiften ingår, utöver isträning, även dans och fysträning för dessa grupper.

- **Skridskoskolan 15+** en isträning/vecka 1 750 kr per termin
- **Konståkningsskolan (KÅ)** 3 isträningar/vecka 3200 kr per termin (ev tidigare inbetalning till skridskoskolan räknas av). I avgiften ingår, utöver isträning, även två fysträningar för dessa grupper
- **Konståkningsskolan (KÅ)** 2 isträningar/vecka 2400kr per termin (ev tidigare inbetalning till skridskoskolan räknas av). I avgiften ingår, utöver isträning, fysträning för dessa grupper
- **Skridskoskolan 1** isträning/vecka 1 900 kr per termin (16 veckor per termin)

- Avgift för elitsatsning i samråd med sektionsledning.

2.3 TÄVLINGSLICENS/MEDLEMSFÖRSÄKRING

Samtliga åkare som avser genomföra test eller delta i tävling eller tävlings liknande aktivitet behöver tävlingslicens (§ 117 SKF:s Tävlings- och uppvisning regler).

- Tävlingslicens 2026-2027 400 kr.
För tävlingsåkare är åkarlicens obligatorisk. Åkarlicensen inkluderar en olycksfallsförsäkring, vilket innebär att dessa åkare inte behöver teckna någon separat medlemsförsäkring.

Tävlingslicens betalas i samband med träningsavgift vid säsongstart. För åkare som testas första gången under säsongen och går upp i tävlingsklass sker betalningen i samband med registreringen.

- Medlemsförsäkring för olicensierade 2026–2027: Medlemsförsäkring 0 - 12år: 18 kr/år; Medlemsförsäkring 13 - 99 år: 85 kr/år.

För åkare som inte tävlar tecknas olycksfallsförsäkring via grupp-försäkring. Försäkringen gäller för olycksfallsskada som inträder under deltagande i organiserad träning, prova-på verksamhet, skridskoskola och konståkningsläger. Den gäller också under direkt färd till och från dessa aktiviteter.

Det är klubben som tecknar båda försäkringarna hos försäkringsbolaget Tydliga/IF skadeförsäkring. Här kan du läsa mer om försäkringen. www.tydliga.se/konstakning

2.4 INBETALNINGAR

Föreningen tillämpar terminsavgifter, vilket innebär att träningsavgiften är bindande för hela den aktuella terminen (vårterminen eller höstterminen), från och med det första träningstillfället, oavsett om man fortsätter träna eller inte.

Ingen återbetalning sker vid frånvaro, oavsett orsak – detta inkluderar sjukdom, skada, uteblivna träningar eller om träningen påbörjas efter terminsstart.

Vid eventuell skada eller långvarig frånvaro ansvarar medlemmen själv för att kontakta sitt försäkringsbolag och göra en eventuell skadeanmälan enligt de villkor som gäller i den egna försäkringen. Föreningen hanterar inte återbetalningar i dessa fall.

Hösttermin: träningsavgift + medlemsavgift+ serviceavgift +
 tävlingslicens/medlemsförsäkring + idrottsrabatt
 förfallodatum den 30.9.2026

Vårtermin: träningsavgift + idrottsrabatt förfallodatum den 31.1.2027

Få Hjälp av din idrottsförsäkring hos IF om du skadar dig under träning eller tävling i konståkning. Ring 0771-815 818. Ange knappval 2 Personskada, och sedan 1 olycksfall.

3 ÖVRIGA AVGIFTER

3.1 TÄVLINGSPROGRAM

Vid skapande av ett nytt tävlingsprogram tillsammans med ordinarie tränare i IFK Helsingborg debiteras en programavgift. Avgiften är **350 kr** för **System 1** (vit, gul och grön), **800 kr** för **System 2** blå, **1 000 kr** för **System 2** röd, **1 000 kr** för **System 3** kortprogram och **1 500 kr** för **System 3** långprogram. Nytt tävlingsprogram tas fram efter överenskommelse mellan tränare, åkare och vårdnadshavare. Framtagandet av ett nytt tävlingsprogram innebär ett omfattande individuellt arbete utöver den ordinarie träningen. Arbetet omfattar bland annat planering och framtagning av koreografi, val och redigering av musik samt individuell planering tillsammans med tränaren.

Ett tävlingsprogram är avsett att användas under två till tre säsonger, beroende på åkarens utveckling och gällande tävlingsbestämmelser. Kostnaden för framtagandet av programmet är beräknad utifrån denna förväntade användningstid.

För samtliga tävlingsåkare tillkommer en **programjusteringsavgift på 350 kr per säsong**, oavsett tävlingsnivå. Avgiften avser ändringar av tävlingsprogram under säsongen, exempelvis justering av moment, musik eller program till följd av byte av tävlingsklass.

3.2 TÄVLINGSAVGIFT

Kallelse till tävlingen skickas till åkare via e-post. Åkare anmäls till aktuella tävlingar av tränare. Samtliga anmälningsavgifter till tävlingar debiteras åkaren efter respektive tävling. Åkaren står även själv för resor och logi. Avanmälan på grund av skada eller sjukdom måste göras senast tre dagar före tävlingen.

3.2.1 SYSTEM 1

Anmälningsavgiften är **395 kr** per åkare.

3.2.2 SYSTEM 2

Anmälningsavgiften är **585 kr** per åkare.

3.2.3 SYSTEM 3 OCH DM

Anmälningsavgiften är **1 195 kr** per åkare.

3.2.4 NATIONELLA SERIEN

Anmälningsavgiften är **1 295 kr** per åkare.

3.2.5 NATIONELLA SERIEFINAL OCH SM

Vid kvalificering till **Nationella seriefinal och SM** står konståkningssektionen för anmälningsavgift samt logi.

Åkarna ansvarar för att tränare kommer till och från tävlingen i samråd med tränare i god tid innan tävlingen. Tidschema för tävlingsgrupper finns tillgängliga på [SportTA - Svenska Konståkningsförbundet](#) evenemangskalender minst en vecka innan tävlingsstart.

Tävlingarna är spännande och roliga tillfällen där vi är representanter för IFK Helsingborg tävlar med varandra, stöttar och hejar på alla och har kul tillsammans!

3.3 TESTER

Information om test- och tävlingsregler för säsong 26/27 finns på Svenska Konståkningsförbundets hemsida [Tester/Teknikmärken | Svenska Konståkningsförbundet](#) Kostnad 200 kr/test, registreringsavgift till Svenska Konståkningsförbundet betalas av åkaren.

3.4 SAMMANDRAG

Skånes Konståkningsförbund arrangerar sammandrag inom regionen för att öka kunskapsutbyte mellan tränarna. Sammandragen ska vara ett tillfälle där tränare i alla nivåer inom distriktet ges möjligheten att bredda och utveckla sin tränarkompetens.

Dessa sammandrag är ett bra tillfälle för åkare för att få extra inspiration i sin åkning och möjlighet att träna med tränare och åkare från andra klubbar. Kallelse till sammandrag skickas till åkare via e-post. Åkarna anmäls till sammandrag av tränare. Åkaren står själv för kostnaden vilket inkluderar mat och träning enligt respektive inbjudan.

3.5 SKRIDSKOSLIPNING

Under säsongen kommer det att finnas möjlighet att slipa skridskor i ishallen. Vi har tillgång till sliprum och dessutom en engagerad ny slipare som hjälper oss med detta. Vi återkommer med mer information om rutiner, bokning och tider för skridskoslipning så snart allt är på plats.

Faktureringsav alla avgifter sker via e-post. Vi använder såväl verktyget Visma som MyClub för fakturerings, med IFK Helsingborg konståkning som betalningsmottagare.

4 OBLIGATORISKA AKTIVITETER FÖR ATT SAMLA IN PENGAR

TILL KONSTÅKNINGSSEKTIONEN

4.1 NEW BODY

- o Försäljning av minst 4 paket förväntas per åkare. Familjerabatt tillämpas inte.
- o Försäljningstillfället under hösten (med ett extra tillfälle under våren som är frivillig).

4.2 IDROTTSRABATT

- o Varje åkare förväntas sälja minst tre häften per kampanj, vilket innebär totalt sex häften per säsong. Kostnaden för dessa faktureras i samband med träningsavgiften för respektive termin. Familjerabatt tillämpas inte.
- o Två kampanjer per säsong, höst och vår.

4.3 SKRIDSKOSKOLANS INSLÄPP

- o Bemanning i insläppet. Registrera närvaro av skridskoskolans deltagare, kontrollera inbetalda skridskoskolaavgifter och hantera bokning av skridskoslipning.
- o Försäljning av skridskoskolemärken – Leo i slutet av varje period.

- o Arbetsschema skickas ut. Om du får förhinder och inte kan närvara har du själv ansvaret för att hitta en ersättare.

Under säsongen kan det uppkomma extra aktiviteter som föreningen blir erbjudna.

4.4 SPONSRING

- o Om du har möjlighet att ordna sponsring till konståkningssektionen får din sponsor reklam i isen, på sargen eller på väggen i ishallen beroende på belopp. Kontakta sektionstyrelsen för mer information.

Samarbetspartners är mycket viktiga för att få välbehövligt tillskott för att driva och utveckla verksamheten men även för att visa stöd för konståkningssektionens arbete, åkarnas satsningar och för att synliggöra deras sport.

5 ARRANGEMANG UNDER SÄSONGEN 2026/2027

- Skridskoskolan två perioder med start den 7 september 2026 och den 4 januari 2027.
- System 2 tävling v. 47 den 21-22 november 2026
- Julavslutning december 2026.
- System 1 tävling v.6 den 13-14 februari 2027.
- Våravslutning maj/juni 2027.

Föräldrarnas deltagande i olika arbetsgrupper är obligatoriskt under dessa säsongsarrangemang.

6 ÖVRIG INFORMATION

6.1 ÅRS- OCH FÖRÄLDRAMÖTE

Konståkningssektionen har kombinerad årligt sektionsmöte och föräldramöte i september varje år. Ta tillfället i akt och delta i dessa möten, där finns möjlighet att få viktig information och vara med och påverka i vår förening.

6.2 SKRIDSKOSKOLAN

För åkare födda 2014 eller tidigare är det obligatoriskt att hjälpa till som tränare vid skridskoskolans träningstillfällen. Skridskoskolan är en väldigt viktig bas för vår verksamhet både idrottsligt och ekonomiskt.

Skridskoskolan ger fantastiskt möjlighet för våra aktiva att utveckla sig som ledare, inspirera andra och vara en viktig förebild för åkare som vill lära sig skridskoåkningens grunder. Detta leder till Glädje, Glöd och ökar känslan av Gemenskap!

6.3 FÖRÄLDRAUTBILDNING

Konståkningssektionen har som mål att jämna mellanrum ha föräldrautbildning för att informera och utbilda föräldrar i sporten samt SKF:s och föreningens värdegrund.

6.4 KONSTÅKNINGSSEKTIONENS ARBETSGRUPPER FÖR FÖRÄLDRAR

6.4.1 TÄVLINGSGRUPP & SHOWGRUPP

Tävlingsgruppens uppgift är att administrera och förbereda tävlingar som klubben har blivit tilldelat av förbundet. Tävlingsgruppens uppgifter är bland annat att leda tävling och sköta kommunikation, upprätta inbjudan, tävlingsschema, bemanning/arbetsschema, sköta sekretariat, anpassa arena för tävlingen, säkerställa teknisk utrustning, ha kontakt med tekniska funktionärer, boka hotell och planera transport, säkerställa sjukvård och matservice, skaffa medaljer och priser. För att planera och arrangera en tävling behöver tävlingsgruppen hjälp och samarbete med alla arbetsgrupper.

Showgruppen arbetar särskilt inför isshower och tävlingar, och har en viktig roll i att skapa en inspirerande och professionell upplevelse. Gruppen ansvarar för att ta fram rekvisita, göra ombyggnationer, köpa in material, rita mönster samt sy dräkter och kostymer.

Arbetet sker i nära samarbete med ishallens vaktmästare, tävlingsgruppen och tränarna, för att säkerställa att allt praktiskt fungerar smidigt och att helheten blir så bra som möjligt.

6.4.2 MAT OCH FIKAGRUPP

Mat och fikagruppens uppgift är att köpa in varor samt planera och organisera matservice till tävlingar och andra arrangemang.

6.4.3 BYGGGRUPP

Bygggruppen ansvarar för praktiska förberedelser inför föreningens tävlingar och arrangemang. Arbetsuppgifterna omfattar bland annat att lägga och montera golv, bygga och installera Kiss & Cry, placera ut tävlingsutrustning och möbler, montera prispallen samt hjälpa till med övriga bygg-, monterings- och rivningsarbeten före, under och efter arrangemang.

6.4.4 FUNKTIONÄRSGRUPP

Funktionärsgruppen arbetar i samband med tävlingar och andra arrangemang där det behövs bemanning i insläpp, ackreditering, speakerbåset, ljus/ljud/bild, sjukvård och lottförsäljning mm.

6.4.5 SPONSORGRUPP

Sponsorgruppen söker olika medel från stipendier och företag som kan stödja vår klubb. Det kan vara stort som smått, från en större summa pengar till roliga saker i en "goodiebag" för tävlingar.

6.4.6 VÄRDEGRUNDSGRUPP

Värdegrundsgruppen består av engagerade föräldrar som vill bidra till en trygg, positiv och inkluderande miljö i vår förening. Gruppen arbetar för att stärka sammanhållningen bland åkare, föräldrar och tränare, samt lyfta fram våra gemensamma värderingar i vardagen exempelvis arrangera avslutningar, läger mm.

Föräldraengagemang tillsammans med träningsavgiften är en förutsättning för deltagande i sektionens verksamhet. **Därför är det obligatoriskt att minst en föräldrarepresentant per familj finns i någon av våra arbetsgrupper.**

6.5 TRÄNINGSPERIODER & EFTERSÄSONGSTRÄNING – VÅREN 2027

Höstterminen startar vecka 34 och pågår till och med den 21 december. Vårterminen startar den 4–5 januari och pågår till och med den 30 april. Dans erbjuds normalt en gång per vecka, från september till och med den 30 april, och ingår i terminsavgiften för de ordinarie grupperna, men inte för konståkningsgrupperna.

Förändringar i träningsverksamheten kan uppstå till följd av ändrade istider från Helsingborgs fritidsförvaltning, tekniska problem med isen eller andra omständigheter som ligger utanför föreningens kontroll (force majeure). Föreningen kan därför inte garantera ett exakt antal träningstillfällen under terminen.

Maj utgör eftersäsong. Det är inte garanterat att föreningen har tillgång till isyta i Helsingborg under maj månad. Om is finns tillgänglig disponerar föreningen i bästa fall en isrink på Olympia, som delas med hockeyverksamheten. Möjligheten att ha is kvar under maj är bland annat beroende av skolverksamhetens behov samt vilka istider som kan erbjudas av Helsingborgs fritidsförvaltning. Konståkningssektionens målsättning är att förlänga issäsongen och erbjuda isträning under maj månad i så stor utsträckning som möjligt. Under våren 2026 förlängdes issäsongen i Helsingborg till slutet av maj genom två minicamp. Om Helsingborgs fritidsförvaltning inte kan erbjuda istider under maj kommer sektionen att undersöka möjligheterna att boka istider i andra ishallar i regionen. Inför eftersäsongens isträning gör tränarna ett urval av de åkare som erbjuds möjlighet att delta. Deltagandet är frivilligt och kostnaden för eftersäsongens isträning bekostas av respektive åkare.

6.6 UPPSTARTSLÄGER – HÖSTEN 2027

Konståkningssektionen anordnar ”Uppstartsläger” på hemmaplan innan skolstart vecka 32. Mer information meddelas under maj/juni månad 2027. Extra avgift för detta tillkommer.

6.7 ATT TÄNKA PÅ INFÖR TRÄNING

- Kom i tid och stig ut på isen då ispasset börjar
- Värm upp inför varje träningspass
- Ha håret uppsatt och kropps nära kläder (inga lösa eller rörliga detaljer som kan störa)
- En bra träningskompis och vän lyssnar på och visar respekt för tränaren och ser andra kompisar
- Anmäl frånvaro till tränaren i god tid coach.konstakning@ifkhelsingborg.se

6.8 FÖRÄLDER I IDROTEN (ENLIGT SVENSKA KONSTÅKNINGSFÖRBUNDET)

- Stöttar sina och andras barn och ungdomar i med- och motgång
- Har insikt om och lever efter samt respekterar föreningens värdegrund och policy
- Låter tränaren sköta träningen
- Läger en bra grund för barnets livsstil, mat, sömn och skola
- Inser att domarna dömer tävlingarna och respekterar domarnas arbete
- Låter tränare ta ut till tävlingar och tester
- Tänker på att man som vuxen och förälder är en viktig förebild

6.9 PROGRAM OCH KOREOGRAFI TRÄNING UTANFÖR KLUBBENS REGI

Om en åkare väljer att anlita en extern tränare för att ta fram ett nytt program bekostas detta av åkaren själv och ersättningen betalas direkt till den anlitate tränaren. Det kan finnas möjlighet att använda föreningens istider för programarbete. Detta ska dock alltid ske i samråd med föreningens ordinarie tränare och efter deras godkännande, förutsatt att istid finns tillgänglig och verksamheten inte påverkas negativt.

6.10 SCHEMA OCH TRÄNINGSGRUPPER

Information om träningsschema finns alltid på föreningens hemsida och information om träningsgrupper skickas via e-post till respektive åkare.

6.11 KONTAKT MED TRÄNARNA

Tränarna har kontinuerlig dialog om träning med åkarna. Om föräldrarna har frågor gällande träning sker dialog i första hand skriftligt. Detta för att tränarna får tid att reflektera och svara på föräldrarnas frågor. Frågorna kan skickas via e-post till tränarna coach.konstakning@ifkhelsingborg.se. **Kontakt sker inte per telefon eller sms i första hand.**

Vid övriga frågor och funderingar kontakta sektionstyrelsen via e-post

Styrelsen.konstakning@ifkhelsingborg.se info.konstakning@ifkhelsingborg.se

Mer information finns även på konståkningssektionens hemsida

<https://ifkhelsingborg.myclub.se/konstakning>

Mer information om konståknigen finns på:

[Skånes Konståkningsförbund | Svenska Konståkningsförbundet](#)

<https://www.svenskkonstakning.se/>

Välkommen till en ny spännande konståkningssäsong 2026/2027!