



**Meld  
je aan  
voor een  
proefles**

**Jouw shorttrack  
avontuur begint hier!**

## Een proefles meedoen?

Zoek jij een sport waarbij je snelheid, techniek en inzicht kunt combineren? Een echte adrenalinesport waar er bij elke wedstrijd van alles kan gebeuren? Een sport die je op alle leeftijden en op elk niveau kunt beoefenen? Kom dan shorttracken bij IHCL! Een proefles is altijd mogelijk.

## Meld je aan

Als je eerst een keer wilt komen kijken naar een training, of mee wilt doen, dan ben je van harte welkom. Enthousiast geworden? Meld je meteen aan als lid. Op [ihcl.nl](http://ihcl.nl) vind je alle informatie en een link naar een aanmeldformulier. Als je dit formulier invult, dan wordt er snel contact met je opgenomen.



## Praktische informatie

Locatie: IJshal Leiden, Vondellaan 41.

Wat heb je nodig: een helm, handschoenen, eventueel kniebeschermers, Draag comfortabele kleding, (dus geen spijkerbroek) en skikleding is al snel te warm. Als je geen schaatsen hebt, dan kun je deze huren in de ijshal.

Wij hopen je snel te ontmoeten!

Team IHCL



Foto: Bert van Lobenstein

## Actie: 5 proeflessen shorttrack voor € 35,-

De actie is te vinden via [www.lhcl.nl](http://www.lhcl.nl)

De trainingen worden gegeven door ervaren en enthousiaste trainers.

Kleine groepen met voldoende persoonlijke aandacht voor de rijders.