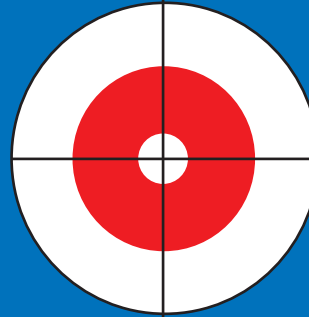


# CURLING I HVIDOVRE

VELKOMMEN PÅ OL-SPILLERNES HJEMMEBANE



DANMARKS STØRSTE OG MEST VINDENDE CURLING KLUB

Hvidovre Curling Club – eller HCC som den hedder i daglig tale – er landets største curling klub. Med adskillige store sejre bag os er vi tilmed Danmarks mest vindende. Mest kendt er nok sølvmedaljen ved OL i 1998, men klubben har også hjemtaget medaljer ved de danske, de nordiske og verdensmesterskaberne.

Klubben holder til i Frihedens Idrætscenter, hvor vi i år 2000 indviede kommunens nye, store curlinghal. Udover træningen afholder vi jævnligt turneringer med blandede hold, hvor amatører og professionelle dystes med og mod hinanden. Hallen bliver også stillet til rådighed for Team Danmark samlinger og andre stævner under Dansk Curling Forbund, herunder DM og udtagelse til EM.

Og HCC er mere end curling. Vi afholder jævnligt fælles middagsarrangementer og har julefester, klubmesterskaber, vinsmagning, banko og meget mere.

## Kontingent

Hvis du vil være medlem af Hvidovre Curling Club ser de årlige kontingenter således ud:

Seniorer:	kr. 600 p.a.
Juniorer:	kr. 350 p.a.
Støttemedlem:	kr. 100 p.a.

# CURLING I KØRESTOL

Hvad er curling og hvordan kommer du i gang?



**HVIDOVRE CURLING CLUB**  
Frihedens Idrætscenter  
Hvidovrevej 446, 5 min. fra Frihedens Station  
[www.hcc.dk](http://www.hcc.dk)





## ISKOLD ACTION

Det giver et sug i maven, når du sender den 20 kilo tunge granitsten af sted over den spejlblank is: Hvor præcist kan du sætte din sten? Hvor tæt kan du komme på centrum af den røde cirkel i den anden ende? Kan du sætte modstandernes sten ud af spil?

## EN STÆRK HOLDSPORT

Curling er en holdsport, der kombinerer spænding med teamwork. To hold á 4 spillere dyster mod hinanden. Det hold, der kan få flest sten tættest på centrum af huset — cirklen i den modsatte ende af den 42 meter lange bane — vinder. Men det kræver køligt strategisk overblik, præcision og godt holdarbejde at vinde slaget om isen.

## CURLING FOR KØRESTOLSBRUGERE

Curling er i fremgang i disse år. Ved OL i Nagano, Japan, 1998 var sportsgrenen med på det officielle OL program for første gang, hvor Danmark som bekendt hjemtog sølv. I 2006 debuterer curling for kørestolsbrugere ved De Paralympiske Lege i Torino, Italien.

## TAG KØRESTOLEN MED UD PÅ ISEN.

### Tæppe eller medspiller?

Det er enkelt at komme i gang med at spille curling i kørestol. Det er nødvendigt at stolen står fast, når du sætter stenen (dvs. sender den af sted.). Du kan enten bruge et tæppe (ca. 70 X 100 cm), som lægges på isen eller du kan lade en medspiller i stol sætte sig bag din stol og holde fast i den, mens du sætter din sten.



### Curling stick

Nogle vælger at anvende en curling stick. Det er en kø, som har en anordning over stenes håndtag. Den giver dig bedre mulighed for at give stenen kraft og styre retningen – til gengæld kan du godt miste lidt af følelsen med stenen. For tetraplegikere og andre med svage arme giver sticken stor forskel i kraft og længde, mens det for elitespillere mere er en smagssag om man vil bruge den eller ej.

Få en gratis prøvetime i Hvidovre Curling Club

Ring på **36 77 33 70** eller send en mail til [hcc@hcc.dk](mailto:hcc@hcc.dk)

### Træningstider:

Mandag til torsdag: 15:30 - 23:00. Søndag: 10:00 - 16:00

Der kan også være ledige tider fre- og lørdage, idet omfang banerne ikke bruges til fimaarrangementer (Curl'n Fun).

