



Värmlands Ungdomsskyttesektion i samarbete med **Idrottsutbildarna** och

INBJUDAN TILL STÅLÄGER 12/2-11

Värmlands Ungdomsskyttesektion inbjuder härmed till årets första ståläger!

Vi i Ungdomsskyttesektionen har till största uppgift att utveckla skyttarna i Värmland inom alla sektioner. Nu bjuder vi in både gevär- och pistolskyttar till detta läger samt alla föräldrar och ledare som vill, till en egen "lägerdag".

För dig som är skytt kommer denna träningsdag att vara individuell. De som behöver grundträning kommer att få det och de som vill ha mer avancerad träning får det. Under dagen kommer vi att jobba med olika träningsmetoder och köra roliga småtävlingar som bearbetar allt en skytt kan behöva uppleva under en tävling.

För er ledare och föräldrar kommer vi ha mer teoretisk utbildning om de mentala bitarna inom skyttet, men även gå igenom lite skytteteknik. Vi räknar med ca 4x45 minuter fördelat under dagen.

Låter det roligt och spännande att lära sig nya saker och vill du utvecklas inom ditt ståskytte? eller vill du som ledare/förälder lära dig mer om din skytt? Då tycker vi att Du ska anmäla dig snarast!

Tid och datum: Lördagen den 12 februari 2011 klockan 10:00-17:00.

Plats: Träningsdagen kommer att ta plats i Sundstahallen i Karlstad.

Kostnad: Kostnaden för lägret är 100 kronor/person och betalas på plats. Då ingår lunch, skott, taylor, frukt och dryck under dagen. Lunch beställs från McDonalds då vi inte har några bra serveringsmöjligheter i skjuthallen.

Ålder: Det finns ingen åldersgräns, alla är välkomna!

Anmälan: I anmälan vill vi att du skriver namn på skytten, klubb, ålder och om ledare/förälder ska vara med på deras kurs. OBS! Vi kan ta emot max 18 skyttar p.g.a. hallens kapacitet, så först till kvarn gäller! **Senast 9 februari** vill vi ha in din anmälan till:

E-mail: emelie_larsson_17@hotmail.com

Telefon: 070-357 81 78

Vi ser fram emot en jätte rolig dag med glada skyttar och ledare som vill lära sig massor!

Varmt välkomna önskar

Emelie, Linda och Tommy.