



Hold træning

*15 m banen i Tuse Hallen
den 28/5, 18/6 og 13/8 kl. 18.00 til ca 20.00
og den 19/9 kl. 10.00 til ca 14.00*

Skyd den gode træning i gang

Vi skyder den 28/5, 18/6, 13/8 og slutter den 3/10 hvor vi får besøg af en ekstern instruktør og formentlig besøg af skytter og trænere fra andre foreninger.

Program - tema:

28/5

Skydestilliner og kontrol af stilling

18/6

Aftræk

13/8

Sigte

19/9

Træningssamling med Elisabeth Toftvad fra DGI

Pris

Træningen er helt gratis – dog skal du selv betale for patronerne.

Tilmelding

senest den 20/5 til Susanne eller Sigurd.

Hvad skal vi til hold træningen:

Vi skal have teoretisk undervisning og efterfølgende prøve det af i praksis

Vi skal have fokus på de enkelte elementer i f.eks. aftræk, sigte og vejtrækning

Måske kan alle ikke kan være på banen samtidig, så vi skal også hjælpe hinanden på banen og måske også spille lidt bræt spil i ventetiden

Hvad skal vi ikke til hold træningen:

Ingen serieskydning – vi skal træne ikke skyde serier

Vi skal ikke tælle point – målet er at prøve nye teknikker af – det giver i første omgang ikke flere point

Vi skal ikke kun gøre det vi plejer – skal vi blive bedre til at skyde skal man turde prøve noget nyt