



Trondhjems Skiskytterer, MX Sport og skiskytterelevene ved 4. Klasse ved Heimdal Vgs. inviterer til



# Skiskyttereskole

Skiskyttereskolen gir en introduksjon til denne spennende sporten og setter deltakerne i stand til å følge ordinære klubbtreninger. Skolen følger malen Norges skiskytterforbund har for skiskyttereskoler og lærer utøverne våpenhåndtering, sikkerhet, skyting og fysisk trening.

**Oppstart:** Søndag 11. november, kl. 10.00-14.00.  
Deretter 8 påfølgende torsdager, kl. 17.30-19.00

**Sted:** Saupstad skistadion

**Aldersgruppe:** Jenter og gutter født i 2003 eller tidligere.

**Påmelding:**

<https://docs.google.com/spreadsheet/viewform?formkey=dFk4ZzNQZUhfX2ltaUppSllhY21FUXc6MQ>

Påmelding må skje innen tirsdag 6. November (Maks 16 utøvere, førstemann til mølla gjelder)

**Bekledning:** Treningstøy (klær etter vær). Husk at utøverne til tider skal være en del i ro slik at varme klær som enkelt kan tas av og på er å foretrekke.

**Pris:** Kr. 800,-. Dette går til utgifter i form av skudd etc.

**NB!**

Det er veldig viktig at minst en av foreldrene er til stede under hele skiskytterkolen. Det vil også være et opplegg for foreldrene som går blant annet på opplæring av våpenstell, fysisk trening og hvordan renn foregår.

Trondhjems skiskyttere stiller med våpen under skiskytterkolen. Det er også mulig å låne våpen av klubben om man bestemmer seg for å begynne med skiskyting på ordinære treninger etter skiskytterkolen.

Program for søndag sendes ut når dagen nærmer seg.

Vi oppfordrer for øvrig både foreldre og utøvere til å se på Skiskytterforbundets katalog om skiskytterkolen:

[http://skiskyting.no/Documents/Trening/Nybegynner/NSSF\\_2007\\_Skiskytterkolen\\_hele\\_dokumentet.pdf](http://skiskyting.no/Documents/Trening/Nybegynner/NSSF_2007_Skiskytterkolen_hele_dokumentet.pdf)

Spørsmål rettes til Christian Olsen: [christianmo@live.no](mailto:christianmo@live.no) / 98807098

Kristian Erichsen: [k\\_erichsen93@hotmail.com](mailto:k_erichsen93@hotmail.com) / 90028621

**Vel møtt til alle nye skiskyttere og foreldre!**

Med vennlig hilsen

Trondhjems skiskyttere og skiskytterelevene i 4. klasse ved Heimdal Vgs.

