



# Inbjudan

## *Till en inspiration och träningsdag på Skyttegymnasiet i Strömsund*

**För vem?** Jo, för nyblivna stående gevär- eller pistolskyttar och föreningsledare. Innehållet kommer att vara teori och praktik i grundläggande stående skjutteknik för 10 meters skytte. Dessutom konkreta tips och råd för olika sätt att träna på. Dagen kommer att ledas av tränarna på Skyttegymnasiet, Marie Martinsson och Niklas Engström.

**Var?** Strömerhallen, Ramselev. 27

**När?** Lördagen den 30 november

**Tider?**

- 09:15 Ankomst
- 09:30-11:30 Teori och praktik i grundläggande skjutteknik
- 11:30-12:15 Lunch i skjuthallen
- 12:15-15:15 Teori och praktik i olika träningsmodeller
- 15:30-16:30 Middag på elevhemmet
- 16:30-17:30 Utmana dig själv!
- 17:30-17:45 Avslutning

**Pris?** 150 kr per person, där ingår även mat.

**Medtag?** **Skyttar:** Skytteutrustning för luftsytte och glatt humör  
**Föreningsledare:** Frågväs inställning och glatt humör

**Anmälan?** Senast 22 november till [skyttegymnasiet@stromsund.se](mailto:skyttegymnasiet@stromsund.se) eller 0670-16216

**OBS:** Max 30 st skyttar och obegränsat antal föreningsledare,  
**först till kvarn!**

**Vid frågor kontakta:** Marie el. Niklas 0670-16216, 0670-16217

**Övrigt:** Stanna gärna kvar och skjut tävling på söndagen! Prisvärt boende hittar ni på Strömsunds camping, 0670-164 00

# Välkomna!

