

Instruksjonsdag for skyttere i Gauldal Skyttersamlag

Kl.1000: Oppmøte. Dato: 06.11.2010.

Kl.1030: Oppstart. Ungdomsleder orienterer litt om hva som skal skje.

Kl.1040: Mona tar en liten teoridel omkring å planlegge og gjennomføre en treningsøkt.

Kl.1100: Instruksjon med tilpasning av våpen, reim og eventuelt annet utstyr (mest aktuelt for skyttere med eget utstyr). Siden det er starten på ny sesong vil instruktørene legge vekt på dette samt gjennomgang av skytestillinger. Det er nå det må arbeides inn!

Kl.1500: Avslutning

Servering underveis

Instruktører:

Olav Stensås, Otte Hårstad, Mona Isene og Mikkel Voll Stokkli.

Kurset ble holdt i Oppdal Skytterhus, der ungdomsgruppa til Opdal Skytterlag hadde lagt alt perfekt til rette for et vellykket kurs. Storsalen ble delt i 2 og gruppene rullerte mellom disse og skytebanen, noe som fungerte perfekt. Det ble servert sådd underveis og alle kunne forsyne seg med drikke og kaker under hele kurset.

Det møtte 20 skyttere, jevnt fordelt mellom aspiranter, rekrutter, juniorer og unge seniorer. Disse ble delt i 3 grupper. Mona hadde instruksjonen i gruppe 1, Otte avløste i ammeperiodene, Mikkel ledet gruppe 2 og Olav den 3. gruppa.

Mona innledet det hele med en veldig god innføring i skyteteori og hvordan hver enkelt skytter skulle få mest mulig ut av hver trening. Hun la stor vekt på bevisstgjøring av hvert avtrekk og skudd og viktigheten av å memorere det som gjøres rett ved de gode skuddene. Engasjerte skyttere gikk deretter inn i gruppene der det ble instruert i tilpasning av våpen, reim og annet utstyr. Siden det er starten på ny sesong la instruktørene stor vekt på dette samt gjennomgang av skytestillinger. Deretter ble det hele etter tur testet ut i praksis i innendørsbanen.

Vi takker instruktørene som gjorde kurset mulig og håper dette kan gjentas ved en senere anledning.

Billedkavalkade













