



Trænere: Troels Nyholt og Bjarne Laursen

## Invitation til storsamling i Silkeborg lørdag-søndag d. 18-19. maj 2013.

- Lørdag kl. 9:00 – søndag kl. ca. 15:30

**HUSK! Tilmeld/afbud dig og træner, så vi kan se, hvor mange vi bliver.**

Mødested:	Ansvej 114 8600, Silkeborg Udendørsbanen.
Der medbringes:	<b>OBS: Samlingen vil foregå udendørs. Medbring det rigtige tøj.</b> Skydegrej, træningstøj, løbe-/sportssko. Soveudstyr: Liggeunderlag/luftmadras, osv. Madpakke til lørdag middag, drikkedunk.
Brugerbetaling:	175 kr. Al transport er for egen regning.

Tag en træner med fra din klub, der kan hjælpe med træning hjemme i klubben mellem samlingerne.

Træning vil foregå udendørs og have fokus på at forberedelse til Nordiske Mesterskaber. Samt give dem lidt at arbejde med hjemme i klubben. Der vil være snak om det mentale aspekt samt konkurrenceskydninger.

**Tilmelding eller afbud meldes på mail til:**

Bjarne Laursen: [bjarne.dorscheus@gmail.com](mailto:bjarne.dorscheus@gmail.com)

**Tilmelding/afbud senest d. 13. maj. Husk at tilmelde trænere.**

Spørgsmål angående storsamling kontakt:

Troels Nyholt

[troels@nyholt.dk](mailto:troels@nyholt.dk)

eller

Bjarne Laursen

[Bjarne.dorscheus@gmail.com](mailto:Bjarne.dorscheus@gmail.com)

**Program - se næste side**



## Program

### Lørdag

9:00 Start

- Udpakning
- Pointskydning (NM-skydning)

12:00 Middag

- Forberedelse til individuelle finaler
- Finaleskydninger
- Små pauser

18:00 Aftensmad

- Evt. individuel coaching (mentaltræning)
- Andre aktiviteter

23:00 Godnat

### Søndag

6:45 Morgenløb

8:00 Morgenmad

9:00 Klar til skydning

- Individuelle finaler
- Stil spørgsmål

12:00 Middag

- Holdskydning
- Styrketræning

Ca. 15:30 slut

**Inviterede skytter – se næste side**

## Inviterede skytter

### Recurve

Mathilde tønner, Aalborg Bueskyttelaug  
Lilli Fuglsang, Ålborg Bueskyttelaug  
Malene Juul, Silkeborg IF Bueskydning  
Kirstine D. Andersen, Holstebro  
Lea M. Nissen, Holstebro  
Natasja Bech, Viking Esbjerg  
Camilla D. Nielsen, Midtfyn  
Sif Rasmussen, Midtfyn  
Monique Holm, Midtfyn

Aske Halskov, Aalborg Bueskyttelaug  
Nicolai Carlé, Aalborg Bueskyttelaug  
Jakob Waaentz, Aalborg Bueskyttelaug  
Kaare Holdt-Caspersen, Aalborg Bueskyttelaug  
Johan Andersen, Vejle Bueskyttelaug  
Thomas Weltz, Viking Esbjerg  
Mikkel Thomsen, Aarhus Bueskyttelaug  
Pelle Jensen, Aarhus Bueskyttelaug  
Jack Jørgensen, Midtfyns Bueklub  
Christian Brynning, Holstebro

### Compund

Eva Søndergaard, Aarhus Bueskyttelaug  
Johanne Hornhaver, Aarhus Bueskyttelaug  
Karla K. Rikhof, Aarhus Bueskyttelaug

Rene V. Kristiansen, Christiansfeld IF Bueskytter  
Jørgen Madsen, Christiansfeld IF Bueskytter  
Andreas T. Leht, Midtfyns Bueklub  
Erik D. Hansen, Odense Bueskytte Klub  
Lasse Ebbesen, Randers Bueskyttelaug  
David Torndal, Randers Bueskyttelaug  
Mads Dall, Sønderborg Bueskyttelaug  
Laurids Bigum, Vejle Bueskyttelaug  
Mathias Hansen, Midtfyns Bueklub

Sportslige hilsener  
Sportschef/Breddeudvalget og trænere