



Træning for Non-sight archers (NSA) skytter med lang- og barbuier



Lørdag d. 4/4-2020 kl. 10:00 til søndag d. 5/4-2020 kl. 15:45 i Grindsted

Målgruppe: Lang- og barbueskytter i mini til og med senior-række. Skyttens træner skal vurdere, at skytten har talent, er engageret og ønsker at udvikle sin bueskydning.

Ved NUM 2019 havde vi i Thy Bueskyttelaug og Hinnum Hut Bueskytteklub rigtig mange NSA-skytter, som havde stor glæde ved at skyde koncentreret og samtidig hentede mange fine medaljer til Danmark.

For at forberede Jer til NUM 2020 eller udvikle Jer som skytter, tilbyder Hinnum Hut bueskytteklub endnu NSA træningsweekend, som opfølgning på den i Thy allerede afholdte NSA-træningsweekend.

I får mulighed for både træning og socialt samvær. Samtidig er arrangementet tænkt så trænerne/skytterne kan lære af hinanden. Der vil være mulighed for at benytte svømmehallen lørdag efter 3D stævnet, mod egenbetaling – husk badetøj.

Vi kommer til at spise, hygge og overnatte i skydehallen. Mad under arrangementet sørger vores forældregruppe for. NB: Maksimum antal deltagere 25. Ved overtegning, prioriterer vi stævneaktive skytter, der ønsker at deltage i NUM 2020.

Medbring: Godt humør og alt Jeres skydegrej også liggeunderlag og sovepose samt drikkeflasker og badetøj/penge til svømmehallen.

Træningssted: Magion kultur og idrætscenter, Tinghusgade 15, 7200 Grindsted

Overnatning, hygge og spisested: Kælderen i Magion

Programmet for NSA-træningen i Grindsted er:

Lørdag d. 4/4-2020:

- 10:00 – 10:30 Ankomst Magion kultur og idrætscenter
- 10:30 – 11:30 Opvarmning og teknisk træning til 3D
- 11:30 – 12:00 Frokost pause
- 13:00 – 17:00 3D "stævne" med Varde og Grindsted.
- 19:30 – 22:30 Indkvartering, aftensmad og hygge.

Søndag d. 5/4-2020:

- 08:00 – 09:00 Morgenmad
- 09:00 – 10:00 Opvarmning og tekniktræning
- 10:00 – 11:00 stævne – forberedelse til mental træning.
- 11:00 – 12:00 Mentaltræning, teori og praksis.
- 12:00 – 13:00 frokost og afslapning/hygge
- 13:00 – 14:00 Mentaltræning, teori og praksis.
- 14:00 – 15:00 Evaluering og forslag til næste NSA.
- 15:00 – 15:45 Oprydning og lidt at spise (kaffe).

Tilmeldingsfrist: Klubvis tilmelding senest d. 20/03-2020 til thm@hviidsmail.dk

Yderligere oplysninger: Lars Christian: 2248 2664 eller Torben: 3060 4660

Pris for deltagelse inkl. forplejning og overnatning: 250 kr. som indbetales samtidig med tilmeldingen på: Konto: 8210 / 0745623425 - angiv NSA og klub ved betalingen.

Vi glæder os til at se Jer, træk og slip

Thy Bueskyttelaug og Hinnum Hut Bueskytteklub

Forventningsafstemning for dem af Jer, der vil til NUM 2020

Det skal være sjovt at skyde med bue

2019 med hjemmebanefordel var fantastisk både sportsligt og socialt.

Vi vil gerne være med til at ruste jer godt på begge fronter til et godt NUM i Sverige i 2020.

Vores forventninger til vores ungdoms barbue- og langbueskytter går på, at I har lyst til at gøre en indsats for at blive bedre skytter – og live en mere sammentømret trup, når vi skal afsted til NUM.

Vi forventer, at I selvfølgelig gør jeres bedste – og at I – uanset hvordan det går i Sverige – vil blive ved med at finde glæde ved sporten.

