SKISKYTTERSKOLE BJERKE IL SKI 2015

Bjerke IL Ski har gleden av å invitere jenter og gutter født i 2006 eller tidligere til skiskytterskole.

Lær å beherske den morsomme og utfordrende idretten SKISKYTING!

Skiskytterskolen er et sikkerhetskurs. Det er Skiskytterforbundet som pålegger alle som skal trene og konkurrere i skiskyting om å gjennomføre et slikt kurs. Det gjennomføres i klubbregi. I år vil skiskytterskolen legges opp med følgende økter:

Dag	Dato	Klokkeslett	Sted	Hva og hvor
Onsdag	14. okt	1800 - 2000	Nordåsen skistadion	Trening i varmestua / på standplass
Torsdag	15. okt	1800 - 2000	Nordåsen skistadion	Trening på standplass / i varmestua
Mandag	19. okt	1800 - 2000	Nordåsen skistadion	Trening på standplass / i varmestua
Tirsdag	20. okt	1800 - 2000	Nordåsen skistadion	Trening på standplass / i varmestua
Lørdag	31. okt	1000 - 1200	Nordåsen skistadion	Skogsløp med skyting

I forlengelsen av skiskytterskolen vil det bli dannet egen treningsgruppe for dem som er nye og i yngste aldersgruppe. Eldre utøvere vil inngå i den treningsgruppen de tilhører aldersmessig. Bli med da vel ☺

Foreldre/foresatte MÅ være til stede under kurset.

Skiskyting kombinerer langrenn og skyting. Derfor må man som skiskytter like både skyting og fysisk aktivitet ute i all slags vær! Det er en forutsetning for å delta på skiskytterskolen at man innehar grunnleggende skiferdigheter. Du oppfordres derfor til å komme og trene langrenn med den aldersgruppen du tilhører allerede nå – det er gøy og det er nyttig å komme inn i miljøet raskt. Selv som skiskytter vil du trene med langrennsgruppa minst en gang i uka.

Kursavgiften er på kr 500,- som dekker medlemskap i Bjerke IL Ski frem til 31. desember 2016 (forsikring av utøver), lån av våpen under kurset, skudd og annet forbruksmateriell.

Bjerke IL Ski holder våpen i forbindelse med kurset, men dersom du allerede har eget våpen er du velkommen til å benytte dette under kurset.

PÅMELDING: SEND EN E-POST med navn/fødselsdato /navn foreldre/foresatte / tlf / e-post, innen 12. okt til:

skiskytterskole2015@gmail.com

Bjerke IL Ski har et aktivt skiskyttermiljø med mange aktive utøvere fra 10 år til senior. Vi samarbeider tett med langrennsgruppene, med felles treninger minst en gang i uken. Løpere fra Bjerke deltar i de fleste arrangement på Østlandet og gjør det ofte svært godt. Vi har et flott anlegg på Nordåsen med 30 skiver og snøsikre løyper og flott klubbhus. Klubben er også svært aktiv på arrangementssiden og henter mesteparten av inntektene til klubben gjennom denne aktiviteten. Også denne vinteren skal vi arrangere Bendit Skiskytterfestival på Nordåsen. Bendit Skiskytterfestival er et samarbeidsprosjekt mellom Skiskytterforbundet, arrangørklubben og BAMA, og retter seg spesielt mot yngre utøvere og det er kjempegøy å være med.

Velkommen!

Vennlig hilsen
Styret i Bjerke IL Ski