

PLAN FOR SKISKYTING 2022-2023

Trenere i år:

Torstein, Per Bo, Kjetil, Jacob, Audun

Ekstra ressurser i år:

Vegard Thon, Vidar Nilssen (Spar på: Marit Øygard, Kjell, Svein) - hva med Eivor og Jakob?

Dato	Kommentar	Papp og praktisk ansvar 18:00-18:15	Oppvarming 18:00-18:20	Kuler & krutt 18:20-19:15/19:15-19:30	Rekrutt 18:20-19:15/19:15-19:30
19.okt	Sesong oppstart. Ta med rulle-ski/skøyter	Felles	Per Bo	Komme i riktig stilling hver gang og fokus på enkelt skudd. Ansvar: Jacob og Kjetil	Skyteteknikk. Ansvar: Vidar Nilssen
26.okt	OBLIGATORISK TEORI med pizza og brus.	INNENDØRS - Gjennomgang av sikkerhet, treningsteori, papirsignering for foreldre - alle tar med våpen. Utfordre alle på å reise på			
02.nov	Ta med rulle-ski/skøyter	Håvard	Jacob	Glede og teknikk. Ansvar: Vegard Thon	Skyteteknikk. Ansvar: Vidar Nilssen
09.nov	Ta med rulle-ski/skøyter	Rolf	Per Bo	Bygger videre på forrige samling. Ansvar : Kjetil og Jacob	Ansvar: Torstein
16.nov	Ta med rulle-ski/skøyter(?). Sikkerhetsgjennomgang for de som ikke ved med 26.okt. Ansvar: Jacob	Vidar Haalien	Henning Andersen	Ansvar: Kjetil	Fokus på rutiner og standplass Ansvar: Vegard Thon
18.-20.nov	Beitosprinten	Sikkerhetsgjennomgang for de som ikke ved med 26.okt. Ansvar: Jacob			
23.nov	Trening med Skrautvål??	Håvard	Per Bo	Ansvar: Jacob	Ansvar: Torstein
30.nov	Trening med Skrautvål??	Rolf	Henning Andersen	Ansvar: Kjetil og Audun Brusveen?	Ansvar: Torstein
	Julekalender? Ansvar: Line				
07.des		Vidar Haalien	Per Bo	Ansvar: Jacob og Kjetil	Fokus på rutiner og standplass Ansvar: Vegard Thon
9.-11.des	WorldCup renn på Beitostølen	Vil du gå løypepatrulje og få god trening og tjene penger?? Meld deg på! :-)			
14.des	Jule avslutning m. vafler og gløgg/saft. Ansvar: Solveig m.fl.?	Håvard	Per Bo	Ansvar: Kjetil og Audun Brusveen?	Ansvar: Torstein
21.des	FERIE				
28.des	FERIE				