

Program Finnmark skiskytter Kretsamling.

Fredag 25.november:

17:00 Frammøte og innsjekk på Kaiskuru Nærmiljøsentet.

18:00 – 20.00 Alle øktene er med ski på beina.

- 3C.
- 20 enkeltskudds drill (tilpasses hver aldersgruppe). På ski
- De som har behov kan få hjelp til tilpassing av våpen, ligg eller stå stilling.
- Rolig skitur

20.30 Middag

Informasjon om samlingsplan, praktiske opplysninger, gjennomgang av lørdagens økter

Lørdag 19. november:

07.30 Frokost

9.00– 11.30

- 3C
- 20 enkeltskudds drill (tilpasses hver aldersgruppe)
- Hurtighets drag 4 X 45 sek 15 sek pause mellom hvert drag dette gjør vi 4 ganger med 5 skudd mellom hvert 4 drag (4 drag 5 skudd)
- Er det mere tid så rolig skitur

12.00 Lunsj

14.30 – 16.00

- 11-14 år Alle øvelser innen WC program (10 skudd på hver øvelse)

14.30 -15.45

- 15-16 år +jr og sen Info om Young star v/Jørgen Andersen

15.45 18.00

- 15-16 åringer + juniorer og seniorer
- Alle øvelser innen WC program (10 skudd ligg og 10 skudd stå Uten om sprint)

18.30 Middag

20.00 Tør trening eller basis økt i gymsalen.

Søndag 20. november:

07.30 Frokost

08.15 – 9.45 Innskyting.

10.00 – snø kanon Normalprogram

12.00

Lunsj
Oppsummering