



Er du klar til DM?

Hvordan forbereder du dig mentalt til DM? - Hvad gør du, når du går videre til finalen? - Hvem er de andre skytter på landsdelsholdet?

Træningsaften for udtagne skytter

Alle skytter udtaget til de landsdelshold, der skal repræsentere DGI Sydøstjylland til DM, inviteres hermed til en træningsaften tirsdag 12. marts 2019 kl. 18.30 til 21.30.

Vi mødes på 15 meter skydebanen i Vingsted, Skyttevej, 7182 Bredsten.

Der bliver mulighed for at få nogle gode råd og vejledning i, hvordan du kan forberede og måske endda fremme din præstation.

Tilmelding

HUSK at tilmelde dig via www.dgi.dk/201910748001, så vi har en idé om, hvor mange der kommer. Sidste frist for tilmelding er den 4. marts 2019. BK og Juniorskytter er velkomne til at medbringe en træner eller en forælder, denne tilmeldes direkte til lene.sandager@dgi.dk.

Aftenens forløb

- 1) Vi starter med en sandwich, hygge og en snak med de andre skytter der er udtaget til nogle af de andre landsdelshold.
- 2) Herefter vil Kirsten M. Hansen fortælle lidt om at være en del af et hold - hvordan kæmper du videre for holdets skyld, selvom du evt. har forspildt din egen chance?
- 3) Erfaringsudveksling i grupper
- 4) Fri træning på banerne, hvor Karen Hansen vil hjælpe pistolskytterne, og Kasper Kjær vil hjælpe riffelskytterne.
- 5) Finalerunder - prøv at skyde en DM-finale

Det skal du have med

- Det våben du forventer at skyde med til DM
- Ammunition til eget forbrug.

Online tilmelding på www.dgi.dk/201910748001 senest 04.03.2019