

## Er du Juniorskytte og vil du gerne blive dygtigere?

Så har du med Projekt Junior i DGI Nordsjælland hermed en super god mulighed for at lære og nørde mere om skydning, hygge dig for vildt og få nye skydevenner fra Nordsjælland og en masse andet.

Tilbuddet er for alle, der kan lide at skyde og kunne tænke sig at blive bedre til at skyde med rem.

Planen er at I alle bliver totalt seje op til DM Ungdom 15m til marts 2024

### Det betyder i bund og grund følgende:

- Du kan deltage som helt ny Juniorskytte, træningen er lagt an på dit niveau.
- Vi snuser lidt til "Stillingsskydning" for dig, som snart rykker op som voksenskytte.
- Du lærer mere om skydning, hvor vi gennemgår forskellig skydetekniske ting, vi skyder en masse, og du får gode råd af kompetente trænere. Vi får også besøg af en eliteskytte en af gangene.
- Du udvider dit netværk inden for idrætten og møder nye venner inden for skydning.
- Du hygger dig for vildt med den idræt du elsker.
- **Pris pr. deltager er kr. 1.200, - inkl. forplejning**

### Vi mødes tre gange i løbet af vinteren:

- Søndag den 10. december 2023
- Søndag den 14. januar 2024
- Søndag den 11. februar 202

Derudover mødes vi alle til følgende ranglisteskydning så vi kan afprøve det vi træner til konkurrence:

- Tirsdag den 20. februar 2024 – Ranglisteskydning i Frederikssund

Alle 3 søndage fra klokken 10:00 til klokken 16:00  
Ølstykke Skytteforening, Tranekærvej 2, 3650 Ølstykke

I løbet af træningssamlingerne vil vi gennemgå de elementer, som er vigtige for idrætten.

Du vil blandt andet møde teknisk træning, opbygning af skydestilling, fysisk træning, konkurrencetræning og mentaltræning.

Vi vil også hygge os og samtidig lave andre sjove ting, så stemningen er afslappet, men alligevel lærerig.

Programmet vil variere fra gang til gang, men der er dog øvelser, som vil gå igen. Især opvarmning og fysisk træning.

Du skal selv have eget personlige skytteudstyr med: våben, handske, rem, hørevern, mm.

Ammunition er med i prisen, vi sørger for patronerne.

Du vil også få din helt egen unikke hoodie som deltager.

Vi tager mål ved 1. samling den 10. december 2023 og den bliver udleveret ved 2. samling 14. januar 2024.

**Sidste frist for tilmelding er søndag 3. december 2023**

[Skynd dig til tilmelding](#)

**Trænere på Projekt Junior er:** Bjarne Binder, Julie Binder og Nikolaj Kannik