

## Velkommen til Skiskytter med MOT samling!

Norges Skiskytterforbund sammen med **Buskerud skiskytterkrets** og **Svene IL/ IL Bevern** inviterer alle **15 og 16-åringer** i kretsen til Skiskytter med MOT samling på **Flesberg og Stevningsmogen 8.-10. September**.

Dette er en samling for utøvere født i 2008 og 2009, jenter og gutter. Vi møtes på **Flesbergs samfunnshus** fredag kl. 17:00, første økt begynner kl. 18:00.



**Vi kommer bo på hardt underlag i Flesberg samfunnshus. Skyteøkter kommer gjennomføres på Stevningsmogen fritidspark.**

### **Trenere/foresatte fra deltagende klubber skal stille**

Det er et ønske fra NSSF at klubber som har én eller flere deltagere stiller med en trener på noen av øktene og foredragene under samlingen. Dette er en mulighet for kompetanseheving og inspirasjon til klubbtreninger.

### **Utstysliste**

- Våpen + armreim
- Utlånskontrakt (sendes på epost til alle påmeldte)
- Skudd (ca. 300)
- Joggesko
- Liggunderlag/luftmadrass og sovepose + håndkle
- Rulleskiutstyr skøyting (sko, ski, staver, ekstra pigger og hjelm)
- Drikkebelte
- Treningsklær til program (lurt med ekstra overtrekk i tilfelle nedbør)
- Hansker

## Måltider

- Fredag: kveldsmat
- Lørdag: frokost, lunsj, middag og kveldsmat
- Søndag: frokost og lunsj
- Ta med litt ekstra snacks før og etter trening
- Meld fra dersom det er særskilte behov når det gjelder mat.

## Påmelding

- Frist for påmelding er **01.09.2023**
- Påmelding og betaling via: [iSonen](#) (Søk: Skiskytter med MOT)
- Pris: kr **600** pr. person

## Bilder

Det blir tatt bilder og videoer under samlingen som blir lagt ut på Skiskytterforbundet sine kanaler (hjemmeside, Facebook, Instagram, YouTube). Dersom det er noen som ikke ønsker å bli tatt blide eller video av, ber vi om tilbakemelding.

## Sykdom

Hvis du har feber, forkjølelse eller symptomer på luftveisinfeksjoner ber vi deg om å holde deg hjemme.

## Kontaktperson fra krets

Linda Zahl Eriksson, [lindaze79@gmail.com](mailto:lindaze79@gmail.com); tlf. 98251071

## Kontaktperson NSSF

Varja Solt [varja@skiskyting.no](mailto:varja@skiskyting.no); tlf. 96749280

## Samlingens innhold:

- Faglige foredrag
- Felles måltider
- Treningsøker ved bruk av joggesko, rulleski skøyting, gevær

For mer informasjon om samlingen se hjemmesiden [skiskyttermedmot.no](http://skiskyttermedmot.no)

Detaljert program publiseres på hjemmesiden i forkant av samlingen!