

Velkommen til Skiskytter med MOT samling!

Norges Skiskytterforbund sammen med Oslo Akershus skiskytterkrets inviterer alle **15 og 16-åringene** i kretsen til Skiskytter med MOT samling på Natrudstilen 20.-22. oktober.

14-åringene er også velkomne til å delta på et tilnærmet tilsvarende opplegg i kretsens regi.

Vi møtes på Natrudstilen fredag kl. 17:00, første økt begynner kl. 18:00.



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

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

Måltider

(OASSK sørger for middagene. Utøveren tar selv ansvar for resterende ernæringsbehov)

- Fredag: middag/kveldsmat (Taco)
- Lørdag: frokost, lunsj, middag (Lapsskaus) og kveldsmat
- Søndag: frokost og lunsj
- Meld fra dersom det er særskilte behov når det gjelder mat.
BAMA stiller med frukt og smoothie

Påmelding

- Frist for bindende påmelding er **torsdag 5. oktober 2023 kl. 23:59**
- Påmelding og betaling via: [iSonen](#) (Søk: Skiskytter med MOT)
- Pris: kr 1000 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 til varja@skiskyting.no

Sykdom

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

Kontaktperson fra krets

Pål McCarthy, pal.mccarthy@live.no, 41678228.

Kontaktperson NSSF

Varja Solt varja@skiskyting.no; tlf. 96749280

SKISKYTTER MED MOT



NORGES
SKISKYTTER
FORBUND

Samlingens innhold

- Faglige foredrag
- Felles måltider
- Treningsøkter ved bruk av joggesko, rulleski skøyting, gevær
- Gøye og sosiale aktiviteter 😊
- Detaljert program legges ut på samlingens hjemmeside og sendes til alle påmeldte



Vi skal dele ut Skiskytter med MOT-prisen på denne samlingen! Kjenner du en utøver i 15 eller 16-årsklassen som er en god rollemodell og bidrar positivt til lagmiljøet?

Vi kårer 2 vinnere i hver region som skal dra på [Sesongstart på Sjusjøen i november](#), får utdelt fullt landslagsbekledning, skal trene med landslagstrenerne og ikke minst møte sine store skiskytter-idoler!

[NOMINER VEDKOMMENDE HER!](#)

Nominasjonsfrist er søndag uken før samlingsstart! (dvs. 5 dager før samlingen i din region)

For mer informasjon se hjemmesiden skiskyttermedmot.no