



Bruttohold i 2016

Det er ungdoms- og juniorskytter, der skyder med én hånd fritstående, som har talent og er dedikeret for træning, som er motiveret for udvikling og som kan deltage i et antal samlinger og observationstræninger.

Sektionen/trænerteamet planlægger disse samlinger, hvor uddannede trænere DSkyU og evt. landstræneren er tilknyttet. Se afsnittet om trænere. Der må påregnes en del egenbetaling.

Skytternes klubtrænere tilstræbes medtaget. Skytternes evne til at tilegne sig ny viden og være parate til at lytte og følge en træners anvisninger vil også være et vurderingsgrundlag for at kunne deltage på bruttoholdet, her vil en indstilling på udøveren fra forbundene være et kriterie.

Der skal som minimum ydes ca. 10 timers skydesportsrelateret træning pr. uge, hvoraf to timer skal være fysisk træning.

De tekniske elementer skal læres og derefter finpudses. Her vil der være tale om et samarbejde med klub/talentcentertræneren og sektionens træner/ansvarlige.

Det skytterne får læring om på bruttoholdet, er **Teknisk** træning, **Fysisk** træning og **Mental** træning.

Fokus for bruttoholdet i 2016 er de tekniske elementer i præcisionskydning. De er grundlaget for indlæringen. Træningen i gruppen bygges op om **ATK**, som med udgangspunkt i de grundlæggende principper tilpasses den enkeltes fysiske niveau, således at skytten hele tiden får det maksimale udbytte af træningen fra "leg til landshold"

Juniorlandshold i 2016

Hovedkonceptet er de olympiske discipliner med prioriteten på 10 m luftpistol. Juniorlandsholdene er for udøvere, som i fremtiden sigter efter at tilhøre elitegruppen og præstere ved mesterskaber. Udøverne kommer typisk på juniorlandsholdet når de er i 17-års alderen, men de kan starte både tidligere og senere alt efter det individuelle udviklingsniveau.

Juniorlandsholdet er ganske enkelt et springbræt til en fremtidig elitekarriere, og træningen på juniorlandsholdet er procesorienteret. Ved udtagelse til juniorlandsholdet

vurdering af udøvernes:

1. Åbenhed for udvikling og indlæring
2. Fysiske, tekniske, mentale og taktiske udvikling
3. Engagement og disciplin i træningen
4. Resultatniveau (sekundært)

På juniorlandsholdet deltager udøveren i et antal træningssamlinger hvert år, hvoraf nogle af dem kan være i samarbejde med en anden nation for at få sparring. Udøveren får også konkurrenceerfaring ved at deltage i nogle internationale konkurrencer, ligesom han får mulighed for at deltage i Team Danmarks basalkurser i forskellige emner for at tilegne sig vigtig viden, som kan hjælpe ham i hans fremtidige elitekarriere.

Træningen på juniorlandsholdet gennemføres efter ATK-principperne

- Fysisk: Udvikling af udøvernes fysiske kundskaber, test og målrettet træning for at have et godt fysisk niveau som skytte.
- Teknisk: Udvikling af udøvernes tekniske kundskaber ud fra ATK-konceptet (her bruges blandt andet Scatt og videoanalyse)
- Mentalt: Udvikling af udøvernes mentale kundskaber ud fra ATK-konceptet.
- Taktisk: Udvikling af målsætninger og årsplan
- Ernæring: Gennemføre Team Danmarks basalkursus "Basal sportsernæring".
- Materiel: Have styr på sit udstyr og test af udstyr.
- Regler: Kendskab til regler i skydesporten.

Der lægges også vægt på, at skytterne på juniorlandsholdet skal tilhøre et Talentudviklingscenter for at sikre en god træning i hverdagen, samt at de har et godt fysisk niveau for at kunne klare at præstere på topniveau og for ikke at blive skadet som følge af den øgede mængde skydetræning.

Målsætning for 2016 er at vinde en medalje, samt stille et hold til junior-NM i 2016. I 2016 vil skytterne på juniorlandsholdet at blive tilbudt 4 – 6 samlinger sammen med mesterskabsgruppen. Landstræner og andre relevante trænere er tilknyttet holdet, når der er samlinger.

Pistolsektionen satser på at støtte til internationale stævner. Derudover er der tale om egenbetaling for kost, logi og transport

Mesterskabsgruppen i 2016

Mesterskabsgrupper er for voksne skytter, der ikke deltager i elitesatsningen, men som har som målsætning i fremtiden at indgå i elitesatsningen. Alternativt som satser på et internationalt mesterskab.

For optagelse til pistolsektionens mesterskabsgrupper kigges der på en samlet vurdering af resultater, engagement, udvikling og potentiale.

Skytterne i mesterskabsgruppen tilbydes:

- Et antal trænings-samlinger/år med træner.
- Nogen/nogle internationale konkurrencer.
- Deltagelse i Team Danmarks basalkurser i ernæring

Sektionen planlægger af lave samlinger på luftpistol og fripistol i 2016. Sammen med juniorlandsholdet.

Fokuspunkter for 2016:

- Fastholdelse af skytter i udvikling.
- Teknisk, taktisk og mental træning. (12 timer pr uge)
- Fysisk træning. (3 timer pr uge)
- Udvikle vindermentalitet.
- Levere skytter til elitesatsningen

Skytterne bliver udtaget til mesterskabsgruppen af trænerne/sektionen. **Sektionen** stiller landstræner/trænere til rådighed. Egenbetaling af (kost, logi) og transport er grundlaget. Om muligt vil sektionen støtte med betaling af indskud til internationale stævner.

Trænere for juniorlandsholdet og mesterskabsgruppen samt bruttogrube(Observationsskytter)

Brian Madsen og John Errebo landstrænere pistol

For at deltage er der et aftalt gebyr på 4000 kr pr år for Juniorlandshold og mesterskabsgruppe. Bruttoholdet afregnes pr gang for de inviterede skytter.