



Juniorlandshold og Mesterskabsgruppe i 2017

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 observations træninger.

Pistolsektionens træner planlægger disse samlinger, hvor øvrige trænere kan indgå i arbejdet. 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.

Der skal som minimum ydes ca. 10 timers skydesportsrelateret træning pr. uge, hvor teknisk, fysisk og mentaltræning indgår.

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 2017 er de tekniske elementer i præcisionsskydning. 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 2017

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 16 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 foretages 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/hun får mulighed for at deltage i Team Danmarks basalkurser i forskellige emner for at tilegne sig vigtig viden, som kan hjælpe ham/hende i hans/hendes 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.

I 2017 vil skytterne på juniorlandsholdet blive tilbudt 4 – 6 samlinger sammen med mesterskabsgruppen.

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

Mesterskabsgruppen i 2017

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 mesterskabsgruppe, kigges der på en samlet vurdering af resultater, engagement, udvikling og potentiale.

Skytterne i mesterskabsgruppen tilbydes:

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

Sektionen planlægger af lave samlinger på luftpistol suppleret med fripistol og sportspistol i 2017. Eventuelt sammen med juniorlandsholdet.

Fokuspunkter for 2017:

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

Skytterne bliver udvalgt til mesterskabsgruppen af pistolsektionstræneren /sektionen.

Egenbetaling

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. Egenbetaling af(kost, logi) og transport er grundlaget. Om muligt vil sektionen støtte med betaling af indskud til internationale stævner.