**Program Trener 2 kurs**

**Trysil 2.-4.okt**

**Fredag:**

19.00-21.00: Grunnleggende skytefilosofi samt trenerrollen

**Lørdag:**

09.00-12.00: Liggende skytestilling, pust, sikting og avtrekk.

13.00-15.30: Fortsettelse liggende, pust, avtrekk og rekylopptak

15.30-18:00: Praksis, blir med ut å ser på økt med utøverne (fortsetter med egen praksis-innstilling av våpen etter økt med utøverne).

Avslutter dagen kl 18.00.

**Søndag:**

09.00-12.00: Stående, pust, sikting og avtrekk

Pioriteringer i skytearbeidet, årshjul mm.

Noen ønsker?