**Velkommen til Skiskytter med MOT samling!**

Norges Skiskytterforbund sammen med Oslo Akershus Skiskytterkrets (OASSK) inviterer alle **15 og 16-åringer** i kretsen til **Skiskytter med MOT samling på Norges idrettshøyskole 26. mai 2024.**

Dette er en samling for utøvere født i 2009 og 2010, jenter og gutter.

* Vi møtes på **Norges idrettshøyskole,** **søndag 26. mai kl. 08:30**, første økt begynner kl. 09:00.



**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.

**Utstyrsliste**

* Ørepropper/Hørselvern
* Våpen + armreim
* Skudd (ca. 300)
* Treningsklær til program (lurt med ekstra overtrekk i tilfelle nedbør)
* Joggesko
* Badetøy, såpe og håndkle (svømmebriller)
* Drikkebelte

**Måltider**

Lunsj + BAMA stiller med smoothie og frukt

Ta med litt ekstra snacks til før og etter trening

NB! Meld fra dersom det er særskilte behov når det gjelder mat.

**Påmelding**

* Frist for påmelding: **21. mai**
* Pris: **Gratis**
* Påmelding og betaling via: [iSonen](https://isonen.com/) (Søk: *Skiskytter med MOT*)

**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**Pål McCarthy, [pal.mccarthy@live.no](mailto:pal.mccarthy@live.no), . tlf.: 41678228

**Kontaktperson NSSF**  
Kristina Dale-Skjevdal, [kristina.skjevdal@skiskyting.no](mailto:kristina.skjevdal@skiskyting.no), tlf.: 959 88 973

**Samlingens innhold:**

* Faglige foredrag
* Felles måltider
* Treningsøkter ved bruk av badetøy, joggesko og hallsko, gevær

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

Detaljert program publiseres på hjemmesiden i forkant av samlingen!