



Idrættens Hus  
Brøndby Stadion 20  
2605, Brøndby  
Tlf.: +45 50 27 42 37  
[www.bueskydningdanmark.dk](http://www.bueskydningdanmark.dk)  
[info@bueskydningdanmark.dk](mailto:info@bueskydningdanmark.dk)

# Teknikskole 1 – Vestdanmark

Har du lyst til at blive en teknisk god bueskytte? Så har Bueskydning Danmark et godt tilbud til dig!

## Hvad er en teknikskole?

Teknikskolen består af tre dage med undervisning og træning i god teknik for dig i alderen 10-15 år. Mellem kursusdagene øves/trænes øvelserne derhjemme. Den første dag arbejder du med "Kroppens position". Den anden dag arbejder du med "Set-up og optræk til ankring" og tredje dag arbejder du med "Slippet". Du kommer både til at træne med tomme hænder, med elastik og naturligvis med buen. Din træner er meget velkommen til at kigge med på teknikskolen og stille spørgsmål til træningen.

## Hvornår?

På teknikskole 1 er der plads til 12 deltagere – 6 deltagere formiddag og 6 deltagere eftermiddag:

Aarhus: Gjellerupvej 87B, 8230 Åbyhøj (Alle tre dage vil blive afholdt indendørs)

Dag 1: lørdag 16. september 2023 kl. 09:00 – 11:30 eller kl. 13.30 – 16.00

Dag 2: lørdag 7. oktober 2023 kl. 09:00 – 11:30 eller kl. 13.30 – 16.00

Dag 3: lørdag 4. november 2023 kl. 09:00 – 11:30 eller kl. 13.30 – 16.00

Da der kun er 6 pladser om formiddagen og 6 pladser om eftermiddagen, så er det først til mølle. Du vil være på formiddagsholdet/eftermiddagsholdet alle tre kursusdage.

Instruktøren er landsholdsskytte, Nanna Jakobsen.

## Hvad koster det?

Det koster 750 kr. at deltage i Teknikskolen (3 dage), som dækker undervisning og brug af skydebane samt lidt snacks og vand.

## Hvordan tilmelder jeg mig?

Du tilmelder dig på mail til [info@bueskydningdanmark.dk](mailto:info@bueskydningdanmark.dk).

Skriv i emnefeltet: **Teknikskole tilmelding**. Oplys dit navn, fødselsdag, klub og mailadresse. Nævn evt. om du vil på formiddagsholdet eller eftermiddagsholdet. Dette kan kun lade sig gøre, hvis der er ledige pladser. Hvis der intet nævnes forbeholder vi os retten til at placere dig.

Betalingen foregår ved at indbetale 750 kr. på Bueskydning Danmarks konto, med angivelsen 'Teknikskole 1-2023, konto nr.: 5510- 0726835640.

Sidste frist for tilmelding og indbetaling er **mandag d. 11. september 2023**.

Når de tre dage med Teknikskolen er afsluttet, modtager du et diplom for at arbejde med din teknik efter Bueskydning Danmarks principper for aldersrelateret træning.

**Har du spørgsmål?** Kontakt administrativ medarbejder, Emma Buus Nielsen, på [embn@danskidraet.dk](mailto:embn@danskidraet.dk)

Vi glæder os til at se dig!

