

**NAISURHEILUAMPUJIEN
VALMENNUSLEIRIPÄIVÄ
ILMAKIVÄÄRILLÄ JA ILMAPISTOOLILLA**

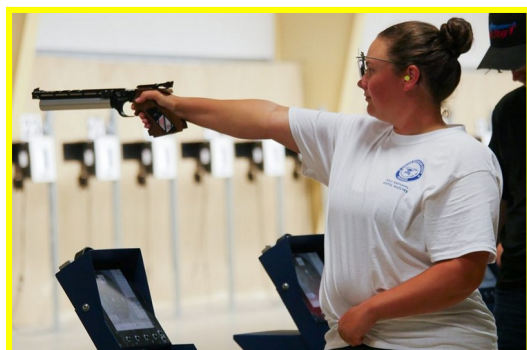


Nokian Seudun Ampujat järjestää ilmakiväärin ja ilmapistoolin leiripäivän naisurheiluampujille Nokialla lauantaina 2.3.2024.

Leiri on tarkoitettu jo perusteet osaaville naisampujille sarjasta N16 ylöspäin. Ohjelmassa on ampumasessioiden lisäksi hieman menttaali ja fyysisen puolen ohjausta.

Valmentajina ja kouluttajina toimivat mm. Petri Eteläniemi, Mikko Taussi ja Ursula Helenius.

Leiri kokoontuu lauantai aamuna klo 9 alkaen ja klo 10 aloitetaan varsinainen toiminta joka kestää noin klo 18 asti. Harjoituksissa on käytössä elektroniset inband taululaitteet



Leirin hinta on 35€ joka sisältää aamu- ja päiväkahvit sekä kahvileivät, ohjaajilta tulostetut treeniohjeet sekä osallistumislahja.

Ilmoittautuminen spostitse 26.2 mennessä, niceleirinokialla@gmail.com
Vastauspostissa tulee tarkempi ohjelma sekä leirin maksuohjeet.
Lisätietoja voi kysyä oheisella sähköpostilla!

Tervetuloa!