



RAPPORT FRA TEAM BOLIGPARTNER SENIOR SES. 2018/2019

DELTAGERE:

Roger Nilsen, Britt Nesteby, Martin Strypet, Einar Grue, Adrian Aasegaard, Torgeir Graneng, Kristian Westum, Soland Henningsmo, Anniken Moseng Ryen og Anne Ingeborg Sogn Øiom(hospitant). I tillegg har Erland Haugen, Einar Westum og Milda Marina Sjøberg Haugen deltatt på de samlingene de har hatt mulighet til.

SAMLINGER:

Vi har hatt samlinger hver 14. dag på Tynset sin skytterbane.
Første samling ble avholdt 24.okt 2018 og siste samling 21. august 2019.
Til sammen 24 samlinger.
Samt fellesturer til Oslo Open og 1.runde i Frende Cup

TEMA PÅ SAMLINGENE:

Samlingene har bestått av både teori og praksis, med et sterkt fokus på stående og grunnlag (da får vi jo trent på alle stillinger). I tillegg har vi jobbet en del med det mentale! Visualisering, det å forberede hodet på konkurranse.

Vi har også i år kjørt etter treningsmalen: **HVA** (skal det trenes på), **HVORDAN** (skal det trenes) og **HVORFOR** (trene på akkurat dette). Målet med denne type trening er å gjøre den enkelte skytter mer bevisst på egen trening → **komme på trening for å trene, ikke for å bli trent → KVALITET PÅ TRENING.**

Under konkurransene på de siste treningene før LS prøvde vi spesifikt å lage litt LS-stemming gjennom bl.a å bruke speakertjeneste og kommentere skuddene underveis, samt spille av den velkjente LS-sangen → Det å lære seg å "skytte med puls" er særdeles viktig.

Vi starter og avslutter alle samlingene med det vi kaller «skytterprat», målet er at den enkelte skytter skal dele sine tanker og erfaringer med resten av gruppa. På den måten kan vi hente tips fra/av hverandre.

Roger Nilsen og Anne Ingeborg Sogn Øiom har fungert som trenere. Undertegnede som tilrettelegger og "alt mulig mann" før, under og etter samlinger.

MÅLSETTING FOR SESONGEN:

Alle i gruppa har hatt et overordna mål for sesongen. Noen av skytterne nådde sine mål, andre ikke!

Den overordna målsettingen for gruppen, var å få med minst 1 skytter på kongelaget. Vi var nærme i fjor og i år var vi ENDA NÆRMERE! Erland Haugen, Røros fikk skive 1 på "Laget før laget" Nærmere går det vel ikke an å komme! Når vi i tillegg vet at Roger Nilsen, Tynset fikk ladekluss (teknisk feil med magasinet) på siste skuddet. Han lå også an til 245 poeng, og var farlig nære en plass på kongelaget. Marginene var rett og slett ikke på vår side!

Litt "plaster på såret" fikk vi gjennom at flere av gruppas deltagere kvalifiserte seg til feltfinalen under årets LS.

OPPSUMMERING:

Når vi nå ser tilbake på sesongen 2018/2019 synes jeg de fleste av gruppas medlemmer har levert varene. Vi prøver å bygge "sten for sten". Det å bli en toppskytter "over natta" er bare et fåtall forunt. Det krever både treningsdisiplin og tålmodighet, og du skal takle både oppturer og nedturer.

Treningsgrunnlaget kunne sjølsagt ha vært bedre for noen av gruppas medlemmer, men familie og jobb setter sine begrensninger.

Erland Haugen totalt nr 28 under årets baneskyting LS og nr 48 sammenlagt i Frende Cup (Den eneste av gruppas medlemmer som skjøt alle stevnene)

Roger Nilsen uttatt på det norske landslaget til Nordisk. Her leverte Roger til de grader varene. Det ble sølv individuelt med 347 poeng! Han var i tillegg med å vinne lagkonkurransen for Norge både i baneskyting og liggende. KRUTTSTERKE prestasjoner av Roger.

Vil også nevne ungrysen; Martin Strypet, Einar Grue, Adrian Aasegaard, Kristian Westum og Soland Henningsmo. Synes de alle har tatt nye steg i denne sesongen. Det blir en spennende gjeng å følge videre de kommende årene!

Må også nevne at vi fikk en verdifull tilvekst til Team Boligpartner Senior i januar. Anne Ingeborg Sogn Øiom meldte sin ankomst til Tynset. Dermed fikk skytermiljøet i Nord-Østerdal nok en nasjonal toppskytter inn i treningsgruppa.

Vil også gi en stor blomsterbukett til samlaget som har lagt forholdene veldig godt til rette for de som vil satse litt ekstra. Gjennom bonus-kontrakten som ble skrevet med hver enkelt skytter i løpet av sesongen, ble dette en ekstra motivasjon for yte det lille ekstra. Håper vi kan høste av dette arbeidet de kommende årene.

PS!

Vi skal heller ikke glemme at vi også har andre skyttere i samlaget (som ikke har vært medlemmer i gruppa) som har hevdet seg meget godt i ulike stevner i løpet av året. Viser til resultatvedlegget fra Samlaget.

FREMOVER:

Vi har allerede startet opp med samlinger for sesongen 2019/2020.

Som sagt flere unge spennende og treningsvillige skyttere i gruppa (....og i Samlaget) og flere er på gang.

For sesongen 2019/2020 har Andreas Tuveng, Marius Tuveng og Jørn Strypet blitt med i gruppa. I tillegg har Thomas Baar børstet støvet av børsa.

Det ligger an til en knallhard kamp om plassene på laget til samlagsskytingene det kommende året!

De fleste skytterne i gruppa innehar gode nok skyte-tekniske ferdigheter til å bli en god skytter, det som det må jobbes mere med er den mentale biten. Det å takle presset når det drar seg til.

Øvelse gjør mester..... så vi kjører på 😊



Tynset 18.11.2019
Hilsen Stein Graneng

PS!

Vil gjerne takke sponsorene våre; BF Bygg (Boligpartner) og Nord -Østerdal Kraftlag som har sponset Samlaget med midler som har gjort det mulig å drifte denne gruppa. Håper vi har klart å synliggjøre de såpass at de er fornøyd med "tilbakebetalinga"