



Tähtäinjousiampunnan peruskurssi syksyllä 2007

Jousiammuntakurssi on tarkoitettu yli 12-vuotiaille vasta-alkajille ja aloittelijoille. Tavoitteena on antaa perustiedot ja etenkin taidot, jolla jousiammuntaharrastusta on mielenkiintoista jatkaa kurssin päätyttyä. Alussa opitut oikeat asiat kantavat hedelmää tulevaisuudessa, joten panostus oleellisiin asioihin kannattaa heti alkuvaiheessa. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että ”räiskimisen” asemesta kurssilla harjoitellaan jousiampunnan perusteita.

Ensimmäinen kokoontuminen on torstaina 1.11.2007 Katri Valan hallilla (seuran www-sivulla <http://www.wilhelmtell.fi/> tarkempia ohjeita paikan päälle löytämiseen). Kaikkiaan kurssiin kuuluu kahdeksan kokoontumista, neljän viikon ajan torstaisin kello 19.00 ja sunnuntaisin kello 17.00.

Kurssin sisältö

Kurssilla painotetaan hyvää ampuma-asentoa, joka on tulevan kehityksen kannalta oleellista. Tämä vaatii ylävartalon liikkuvuutta, joten kurssilla tehdään pienissä määrin venyttelyharjoituksia. Jousiammuntavälinetekniikkaa käydään pinnallisesti yhdellä kerran läpi. Mentaaliseen harjoitteluun tutustutaan myös ohimennen. Vaikka painopiste on ampuma-asennon opettelussa, ei itse ammuntakaan ole unohdettu.

Kurssille osallistuminen

Mukaan mahtuu kymmenen ensimmäistä ilmoittautunutta. Kurssilaiset eivät tarvitse omia välineitä vaan harjoittelu tapahtuu seuran jousilla. Ilmoittautumiset ja kyselyt kurssin vetäjälle, Matti Hatavalle, joko sähköpostitse mhatava@yahoo.com tai puhelimitse 044-3123298. Kurssimaksu on 50e ja se maksetaan seuran tilille 143230-208157 viimeistään ensimmäisen kokoontumisen jälkeen.

