



RIG/NIU Skidskytte

Skidskyttegymnasiet i Torsby bjuder in höstens sökande (födda 2009) till en besöksdag

(Öppet hus på hela Stjerneskolans är senare, lördagen den 16:e november, då ej med uppstyra skidskyttepass)

Fredagen den 8:e november 2024

Dagen börjar med 3000m med åk 1-2 (samling/uppvärmning på friidrottsbanan vid gymnasiet kl 09:00). Passet följs av en kortare informationsträff och efter det äter vi sedan lunch på skolan. Under eftermiddagen kör vi sedan ett kombpass i skidtunneln.

Dusch/ombytesmöjligheter finns både uppe vid Torsby skidtunnel eller nere i skolan om så önskas.

09:00	3000m. Samling med skidskyttarna i årskurs 1-2 vid gymnasiet (friidrottsbanan).	<i>Möjlighet att få tid på 3000m till förbundets ansökan till skidskyttegymnasier. Dusch/ombytesmöjlighet finns på skolan precis vid friidrottsbanan.</i>
10:30	Kortare information i "infosalen", sedan möjlighet att titta runt i skolan och i träningslokaler.	<i>Kortare information i "infosalen". Lite information om skidskyttegymnasiet och Stjerneskolans. Sedan en kortare visning med användningen av SCATT (laseranalys för skytte).</i>
11:30	Lunch på Stjerneskolans	<i>Sedan möjlighet att se skolan, lokaler, ev följa med på en lektion (obs: meddela vilket program/ämne du är intresserad av)</i>
14:00	Samling i skidtunneln för skidor fristil A1 och skytte (komb)	<i>Vi bjuder på ammunition och spårkort</i>

Välkommen önskar vi specialidrottslärare - Skidskytte

Meddela om du kommer på besöksdagen **senast den 3:e November** till: <https://forms.office.com/e/Z2c3tzukw0>

Tobias Arwidson (RIG) tobias.arwidson@torsby.se

Mikael Löfgren (RIG)

Jonas Eriksson (NIU)

David Nykvist (RIG/NIU)



Liggande skytteanalys med laser och registrering av pipans rörelse, spelas in från flera sekunder innan avfyring ned till hundradelars marginal runt avfyringen. Rörelsen kan ses "Live" och senare spelas upp i repris.



Grön linje motsvarar rörelsen i pipan flera sekunder innan avfyring

Gul linje motsvarar rörelsen i pipan 1 sek innan avfyring

Blå linje motsvarar rörelsen i pipan 0,1 sek innan avfyring (avfyringen sker där blått blir till rött)

Röd linje motsvarar rörelsen i pipan efter avfyring

Lila prick = där skottet hamnar

[Se videoklipp på hur det ser ut Live](#)

Skytteanalysen är väldigt pedagogisk och lärorikt att se, eftersom det förtydligar och förenklar förståelsen kring hur rörelser i gevär/pipa och den individuella skjuttekniken påverkar skyttet. Det ger möjlighet till tydligare fokus på "din" del att träna på under höstens träningspass som ger fördelar inför tävlingssäsongen!