



Östergötlands Bågskytteförbund

# 30 juni - 1 juli

## Ungdomsläger

### Tema: Tävlingsnerver

## ÖBSF och värddklubben Österviking IK bjuder härmed in distriktets bågskytteungdomar till en träff med övernattnig

\* Det är av stor vikt att de ungdomar som kommer till träffen åtföljs av klubbtränare och/eller ungdomsansvarig i klubben. (Kontaktpersoner, se omstående sida).

Av utrymmesskäl begränsas antalet ungdomar per klubb till 5 stycken.

Alla tränare övernattar inte, men om några tränare vill assistera vid hela träffen (inkl övernattnig) så uppskattas det. Meddela, i så fall, detta i anmälan.

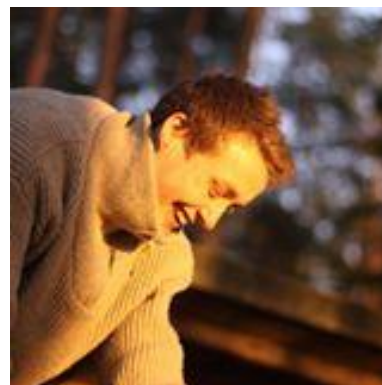
Anmälan till tävlingen ska göras separat; [länk](#)

**Distriktskoordinator Adrian Lovén svarar  
tillsammans med värddklubben för att  
ungdomarna får en rolig och lärorik träff.**

## Plats: Pettersburg

Tyvärr var lokalerna i Bottna redan bokade så efter Vikingafejden samlas vi i Pettersburg, Söderköping. Österviking IK har sin inomhuslokal där.

**Karta: se omstående sida**



Adrian Lovén

### Prel. Program:

- Kl. 10:00 Tävlingen Vikingafejden
- Kl. 16 ca. Lägerdeltagarna har anlänt till Peetersburg.  
Genomgång av programmet - Inflyttning i lokalen.
- Kl. 17 Lättsammare aktiviteter (ev. Promenad till kanalen eller annan utomhusaktivitet)
- Kl. 18 Middag (Kulturinslag – Österviking IK berättar ....)
- Kl. 19 Lagkamp ..... fram till klockslag för beslutat sänggående
- Kl. 08 Alla sitter vid frukostbordet – Alla har bäddat!
- Kl. 09 Teori och övningar inom temat "Tävlingsnerver"
- Kl. 12 Lunch (inkl. städning)
- Kl. 13 Besök av förebild .... som berättar om nervositet ....
- Kl. 15 Tränare/Föräldrar ansluter – Utvärdering av träffen.
- Kl. 16 Avslutning

Värddklubben serverar middag (lördag), frukost och lunch (söndag) till alla för ett överkomligt pris.

## Och du! Kläder efter väder!!

För övernattnig bör du ha med gummimadrass och sovsäck eller liknande .... samt tandborste!

### Anmälan till träffen skall göras (gärna klubbvis) till

Östergötlands  
Bågskytteförbund, email :  
[till.obsf@gmail.com](mailto:till.obsf@gmail.com)  
senast Tisdagen den  
**26:e juni.**

Ange i anmälan:  
Namn, klubb,  
ungdomsskytt/tränare,  
bågskyttedisciplin (klass) och om  
deltagare har matallergiproblem.

# Välkommen!





## Förteckning - DISTRIKTSKOORDINATOR och KLUBBTRÄNARE

[Aktiva tränare \(SRF\)](#)

[Registrera tränare](#)

[Coach Manual](#)

Distriktskoordinator (DK):

Namn	Disciplin (egen)	Ansvar	Klubb	Mob.	E:adress	Kompetens
Adrian Lovén		<a href="#">Uppfylla uppsatta mål</a>	BK Friskyttarna	070 570 28 12	adrian.loven@gmail.com	

DK-support:

ÖBSFs ordf och Ungdomsansvarig		Bistår DK vid behov				
Stefan Hansson / Renée Modigh / Mikael Svahn / Rikard Dylander		Referensgrupp (2-3 möten per år)				

Planerade onsdagar för DKs besök i klubbarna - våren 2018

Klubbtränare: Klubbarna ansvarar för att ev. ändringar rapporteras till DK

Namn	Disciplin (egen)	Ansvar	Klubb	Mob.	E:adress	Kompetens
Jimmy Hansson		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	BK Friskyttarna	072 363 28 30	jimmy.h.93@live.se	
Christer Karlgren		Reserv		070 652 02 19	karlgrens@hotmail.com	
Roger Andersson		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Finspångs BSK	076 103 11 50	admin@rogssoft.se	
Christer Epparn		Reserv		070 450 15 85	christerepparn@gmail.com	
Fredrik Larsson		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Linköpings SKF	073 331 42 01	fredrik@larre.nu	
Reino Lehtonen		Reserv		070 235 37 91	reino.lehtonen29@gmail.com	
Conny Boström		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Mjölby BS	070 878 72 74	bo.bostrom@outlook.com	
Hansi Fredriksson		Reserv		070 968 70 04	hansi.fredriksson@gmail.com	
My Eklund		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Motala BSK	076 141 87 00	my_eklund@hotmail.com	
Gustav Karlsson				076 816 67 11	gustav 94 09@hotmail.com	
Tor-Ulf Claesson		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Rejmyre BSK	070 214 74 47	torulf.c@telia.com	
Leif Lovén		Reserv		070 581 88 86	?	
Linnéa Sebokon		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	Åtvidabergs BSK	070 499 61 59		
Anders Hellman		Reserv		076 139 70 33	ahellman@hotmail.com	
Johan Lifvergren		Aktiv - Kontakt mot Distriktstränare	IK Österviking	072 232 45 91	johan.lifvergren@gmail.com	
Yrsa Lifvergren		Reserv		073 426 54 25	yrsa.lifvergren@gmail.com	
Hittar ingen info!		Aktiv - Kontakt mot Distriktskoordinator	OMMS BK			
		Reserv				