

Sveriges första veteranläger blev en succé!

För första gången inom svensk historia har man bjudit in veteraner till ett träningsläger. Idén om lägret väcktes redan förra året. Syftet var att locka fler veteraner, framförallt damer, till att delta på Nordiska Veteranmästerskapen 2017.

Förra året gick Nordiska Veteranmästerskapen i Lahtis, Finland. Hela tretton veteraner från Sverige var då på plats och sköt hem 28 individuella medaljer och dessutom sattes det sju nya nordiska rekord. Som veteran räknas man från det året man fyller 45 år inom Norden.

Lars-Göran Liljergren som är ansvarig över veteranverksamheten var även ansvarig för detta träningsläger. Nitton skyttar från norr till söder träffades på Faxan i Uppsala 9-11 juni för att delta. För att få kvalitet på träningslägret valde man att bjuda in Staffan Oscarsson som tränare.

Staffan Oscarsson har varit en skytt i världsklass och har vunnit både individuellt och i lag. År 1980 deltog han på OS i Moskva. Staffan har en lång erfarenhet av ledarskap. Han är utbildad idrottslärare inom sportskytte och har under en lång tid varit tränare på landslagsnivå. Staffan bjöd på ett brett sortiment av sina erfarenheter och kunskaper. Allt ifrån att starta som nybörjare till att bli skytt på elitnivå.

Träning och teknik inom grenen Fripistol inledde helgens läger. Redan första kvällen var diskussionerna igång om vikten av rätt träning och rätt teknik.

Under lördagen fortsatte Staffan att prata om teknik. Fokus denna dag var på precision och snabbmoment. Hur får man till det perfekta skottet? Inom skyttet är det viktigt att känna till att den mentala och den fysiska hälsan hänger ihop med tekniken för att få till ett bra skytte.

Skyttarna hade även möjlighet att dela med sig av olika tips för att kunna fortsätta med skyttet även när åldern sätter sina spår. Skytte är en sport för alla. Ung som gammal.

Söndagen bjöd på ännu mer teknikträning. Denna dag inom grenarna standardpistol och Militär snabbmatch. Under dagen pratades det även om träningsupplägg och formtoppar.

Det är inte lätt att lära veteraner som både tränat och tävlat, ofta under en längre tid, nya saker. Men Staffan hade svar på det mesta och skyttarna fick erhålla nya tips och tankar för att kunna vidareutveckla sina skyttekunskaper.

Träningslägret för veteranerna bjöd inte bara på teknik och träning. Lägret öppnade upp möjligheter till diskussioner om hur vi tillsammans, ung som gammal ska kunna utveckla skyttet i Sverige. Hur vi på bästa sätt ska kunna förmedla kunskaper till juniorer och nybörjare inom skyttesport. Många av veteranerna är inte bara skyttar utan även eldsjälar och drivande krafter inom skytteföreningarna runt om i landet. En resurs som är ovärderlig för skyttet i Sverige!

Under lägret kom man tillsammans fram till vikten av att fortsätta med träningsläger för veteraner. Målet är att detta blir ett återkommande arrangemang varje år. Dels för att kunna byta träningstips med varandra men även stötta eldsjälar inom föreningslivet som kämpar för att skyttet ska utvecklas och förbli en sport för alla.

2017-06-11

Hanna Eriksson