



Svealands Bouleförbund

Uppsala 2023-08-11

Inbjudan till Svealands BF's Damkurs

Nu är det dags igen att bjuda in till en efterlängtd uppföljning av uppskattade damkurserna.

Bakgrund

I Svealands Bouledistrikt har vi under 2022-23 gjort en satsning på damboulen.

Rubriken var:

Damspelare i utveckling. Vi kan, vill och vågar.

Våra övningar i att lägga och skjuta har genomförts med hjälp av Lotta Larsson och Annelie Westin. Deras erfarenheter visar på att det varit svårt i början att ta plats som exempelvis skytt i mixade tävlingar. Damer lägger oftast, med precision, men flera medlemmar i olika föreningar menar att damernas skytte har ökat under åren.

En ökad medvetenhet hos damer och herrar om att damer också kan, vill och vågar skjuta tidigt i karriären behöver spridas.

Vad vi kan se av våra intentioner så har vi fått flera damer som deltog i kursen att tävla för och ta plats i våra föreningar och lag.

Vad gäller att mentalt förbereda sig med hjälp av målbilder är det svårare att utvärdera. Förmodligen är det olika hos olika individer. Fortsatt träning behövs. Dessutom behövs kunskaper i att som lag förbereda en tävling och ställa om när det behövs. Fortsatt träning behövs.

Syfte

Att med denna kommande kurs utveckla damboulen ännu mera.

Att finna en glädje i att träna och utvecklas.

Mål

Att kursdeltagarna efter kursens slut har fått nya kunskaper och verktyg för att kunna utvecklas enskilt och tillsammans.



Svealands Bouleförbund

Kursdatum: 18-19 november 2023

Var: Uppsala Boulehall, Fyrislundsgatan 68, Uppsala

Kostnad: 100 kr p.p, betalas på plats

Kursledare: Lotta Larsson, mångårig landslagsspelare och instruktör.

Kursen vänder sig till alla damer i Svealands Bouleförbund

Anmälan: Senast 1 november 2023; även deltagarförteckning.
Efter anmälan kommer anmälan på nedanstående e-postadress.
Ange förening, namn, p-nummer, telnr, e-postadress samt hemadress.

Program: Kommer ut till alla anmälda senast 10 dagar innan kursstart

Övrigt: Anmälan till kursen görs till Inger Isaksson på
ingerisaksson 47@gmail.com
tel: 072-168 28 60

Boende: Eventuellt boende ombesörjer varje deltagare själv.

Varmt välkomna till en utvecklande helg!!

Kursansvarig Inger Isaksson, UPS/Svealands Bouleförbund