

Regler og retningslinjer

# Norma Ungdomscup

## Rifle



Norma ungdomscup er en cup som skytes på klubbens hjemmebane, mens resultatene registreres på nett slik at skyttere fra hele landet kan følge med på hvordan de ligger an. Dette er en morsom cup som er enkel å arrangere!

### Målsetting

Målet med Ungdomscupen er å gi ungdommer over hele landet et konkurransetilbud i klubb. Ikke alle klubber har like stort konkurransetilbud lokalt og dette gir dem en mulighet til å trene på konkurranseprogrammene, samt at det kan bidra til en trygg start for de som skal konkurrere for første gang.

### Hvem er cupen for?

Skyttere i klasse U12, U13, U14, U15/16, SH1, SH2 og SH3 og vår nye klasse «Stående med stativ» som du kan lese mer om lenger ned. Så cupen er et tilbud for ungdom fra og med det året de fyller 11, til og med året de fyller 20 år.

### Hvordan foregår Ungdoms Cup?

1. Cupen består av 5 runder, hvor de 3 beste rundene vil telle på resultatlistene.
2. Alle klubber i hele landet skyter rundene samme uke. Skytingen kan foregå på trening eller stevner, men alle fra samme klubb må velge samme stevne/trening som skyting om cupresultat.
3. Samme uke som cuprunden er skutt, må den i klubben som er ansvarlig for cupen føre resultatene på online excel-skjema som du finner [her](#).
  - a. Søndag klokken 24:00 samme uke vil være siste frist for å føre inn resultatet
  - b. Link med tilgang til redigering sendes til kontaktpersonene for cupen før 6. november
4. Etter 5 runder er vinnerne kåret og klubbene vil bli tilsendt skytternes premier. Dersom klubbene har noen deltakere i klasse U12 vennligst kryss av for dette i påmeldingsskjema slik at de får tilsendt en deltakerpremie uavhengig av resultat.

## Hvordan melder jeg på deltakere fra klubben min?

Klubbene med skyttere som ønsker å delta i cupen fyller ut påmeldingsskjema og sender til NSF v/Helene Rønningen ([helene.ronningen@skyting.no](mailto:helene.ronningen@skyting.no)) .

Deltakerne trenger ikke være medlem i klubben for å delta.

**Påmeldingsfristen er 6. november.** Det er mulig å etteranmelde skyttere.

## Klasser og program

### Viktig:

**Alle skytterne skal konkurrere i klassen de går opp i, i 2018.** Det vil si at en skytter som er klasse U12 i 2017 skal delta i U13 gjennom hele denne cupen.

Alle resultater, uansett klasse, skal registreres med **heltall**

### Skytetiden inkluderer forberedelsestid og prøveskudd (15 min)

Øvelse	Klasse	Stilling	Antall skudd	Skytetid
10m Luftrifle	SH-1*	Sittende	30	55 min
10m Luftrifle	SH-2*	Sittende m/anlegg	30	55 min
10m Luftrifle	SH-3*	Sittende m/anlegg	30	55 min
10m Luftrifle	U12	Sittende m/anlegg	30	55 min
10m Luftrifle	U13	Sittende m/anlegg	30	55 min
10m Luftrifle	U14	Sittende m/anlegg	30	55 min
10m Luftrifle	SMS	Stående med stativ	30	65 min
10m Luftrifle	U15/16	Stående	30	65 min
10m Luftrifle	Junior	Stående	40	65 min

\*Tilrettelagt for paraskyttere (SH-klasser).

Paraskyttere i klassene SH1 og SH2 skyter i de ordinære klassene (U12, U13 og U14) etter samme regler som øvrige skyttere. Paraskyttere i alderen 15-20 år skyter i egen SH-klasse.

Paraskyttere i klasse SH3 vil skyte i en egen klasse med pistolskive.

## Stående med stativ

Ungdom som begynner med skyting i 11-12 års alderen får mange år som sittende skyttere. For å inspirere ungdom til å begynne å trene stående litt tidligere har vi nå opprettet en egen klasse her i Norma Ungdomscup hvor de kan skyte stående med stativ eller annen støtte. Klassen kaller vi "SMS".

Stående skytestilling kan være tungt for musklene til unge og ferske skyttere. Ved å bruke støtte blir skytteren kjent med den nye skytestillingen samtidig som de ikke får full belastning.

Vi vil også oppfordre skyttere og trenere til å ha fokus på fysisk trening ved siden av. Spesielt rygg, mage og skuldre.

Skyttere fra klasse U12 til U15/16 kan delta i denne klassen. De kan i tillegg skyte i sin ordinære klasse og må da skyte 2 programmer i løpet av konkurransen.

Skytterne skal stå i en vanlig stående stilling for luftrifle, mens stativet som benyttes til å holde kulene, eller en annen form for stativ, holder våpenet oppe. Se illustrasjonsbilde under.



*Illustrasjonsbilde. Andre type støtter kan også benyttes.*

#### Rundene\*

1	Uke 45 (6-12. november)
2	Uke 49 (4-10. desember)
3	Uke 3 (15-21. januar)
4	Uke 6 (5-11. februar)
5	Uke 10 (5-11. mars)

**\*Alle resultater må inn samme uke som runden er skutt**

## Resultatregistrering

Alle resultatene skal registreres i Google docs. Resultatskjema som du finner [her](#).

Det er veldig viktig at resultatene blir registrert samme uke som cuprunden er gjennomført.

Det er kun kontaktpersonen for cupen som vil få tilgang til å redigere dokumentet. Vi anbefaler at denne personene har en Gmail-adresse.

Alle vil ha tilgang til å se resultatene.

## Premiering

Alle skyttere som deltar i klasse U-12 mottar deltakerpremie (husk å huke av i påmeldingsskjema)

Gull, sølv og bronse til alle klassevinnerne

Premier til en verdi av kr 10 000,- fra Norma!

2 heldige klubber med utøvere som deltar vil bli trukket som vinnere av en Scatt Basic til en verdi av kr 7500,-!

## Påmelding og kostnader

Antall deltakere	Kr
1-5	500 ,-
6-10	1000 ,-
11 -15	1500 ,-
16+	2000 ,-

Deltakeravgiften skal betales til: Norges Skytterforbund, 0840 Oslo, kontonummer.: 5134.06.06047.

Innbetalingen merkes med **Ungdomscupavgift og klubbens navn**

**Betalingsfrist 6. november**

## Spørsmål angående cupen?

Kontakt idrettskonsulent i NSF, Helene Rønningen

E-post: [helene.ronningen@skyting.no](mailto:helene.ronningen@skyting.no)

Tlf: 91131131