



## **Danmarks Bowling Forbunds Sommerlejr afholdes 26. juni til 29. juni 2010 i Kolding.**

Lejren henvender sig primært til ungdomsbowlere, der har basis-teori (min. U-Træf 1). Det er et krav, at deltagerne har kendskab til bowlingspillets grundpræmisser, at de er fyldt 12 år, samt at de har mindst én egen bowlingkugle.

Deltagerne betaler selv kr. 1100,- der inkluderer transport, overnatning, fortæring, spil og undervisning. (der er mange klubber/kredse/ kommuner, der yder betydeligt tilskud).

Transporten er med tog og arrangeres af forbundet. Er der ønske om anden form for transport, bedes det angivet på tilmeldingen. Der udbetales kørepenge efter gældende regler, dog kan kørepengene ikke overstige prisen på en togbillet.

Overnatning foregår i hal der ligger i tilknytning til KIF-Centret i Kolding – Husk at medbringe luftmadras og sovepose. Du skal også have velegnet bowlingtøj med, som ikke er cowboybukser!

**Lejren er ikke en ferie, hvad de, der tidligere har været med, kan skrive under på.**

De kompetente trænere og ledere sørger for, at såvel teori som praksis bliver gennemgået og afprøvet - med megen individuel hjælp.

Du skal tidligt op om morgenen, inden morgenmaden er der morgenmotion, og der er selvfølgelig også andre aktiviteter på programmet. Dagens hovedprogram byder på vekslende teori og praktik, samt "pauser" med forskellige lege og konkurrencer (ikke på bowlingbanerne). Efter aftensmaden er der socialt samvær, som kan være en længere travetur, boldspil, udflugter i kvarteret m.v.

**Rent bowlingmæssigt  
er udbyttet af en sådan lille uges intens bowlinginstruktion stort  
der er meget spillerne kan tage med sig og arbejde videre på.**

Udover det rent bowlingmæssige skal man da heller ikke glemme, at de unge indbyrdes skaber en masse relationer på tværs af alder, klubber, landsdele og på den måde tit danner grundlaget for mange og langvarige kammeratskaber.

**Yderligere information ved din unions ungdomsleder.**

**Henriette Nørgaard Johansen**  
Ungdomsleder  
Danmarks Bowling Forbund



# Sommer Bowlingskole

Kolding Bowling Center  
Ambolten 2-4 6000 Kolding

Danmarks Bowling Forbunds ungdomsudvalg indbyder  
i samarbejde med unionerne til:

**Sommer Bowlingskole  
fra 26. juni til 29. juni 2010.**

Der undervises i bowlingspillets teknikker på et plan, der kræver et vist kendskab til spillet, derfor skal alle ansøgere have deltaget i et U-træf eller været på et tilsvarende grundkursus for at kunne komme i betragtning.

**Pris for deltagelse: kr. 1100,-**

(bemærk der er kun plads til 30 deltagere)



Hvad får du for dine 1100,-?  
undervisning, spil, fortæring, overnatning og rejsen betalt.

Praktiske oplysninger:

Der overnattes i idrætshal - **luftmadras** og sovepose medbringes.  
HUSK- udendørs sportstøj, bowlingudstyr og -tøj

-----  
Klub: ..... Union: .....

Navn: .....

Medlemsnummer: .....

Adresse: .....

Postnr: .....By: .....

E-Mail: .....

Transportmåde: Tog\_\_ egen befordring\_\_

Str. T-shirt.....

**Sendes til DBwFs ungdomsleder senest 1. juni 2010**

Tilmelding pr. E-mail: kimhenriette@webspeed.dk  
Henriette N Johansen, Julius Posseltsvej 13, st. lejl. 1, 9400 Nørresundby

## *KÆRE UNGDOMSSPILLER*

Denne side er en samling af informationer og gode råd fra elever og lærere på tidligere års bowlingskoler. Læs siden og overvej indholdet med dig selv.

IKK er det udvalg under Danmarks Bowling Forbund, som uddanner trænere og stiller lærere/trænere til rådighed til bowlingskoler, både U-træf 1 og U-træf 2 og Sommerlejr.

### **Hvad er en sommerbowlingskole?**

Hvis du har deltaget i U-træf 1, og meget gerne også U-træf 2, kan du søge om at komme med på sommerbowlingskole. Det er en betingelse, at du har din egen kugle, og meget gerne både en strike-kugle og en sparekugle. Det er en stor fordel, hvis disse kugler er boret med fingertips.

Egen kugle er et krav og fingertips en fordel, da der bliver lagt stor vægt på undervisning i de forskellige former for kugleslip.

Du skal være forberedt, når du kommer på sommerbowlingskole. Det vil sige, at du som minimum gennemlæser og forstår materialet fra U-træf 1, inden du ankommer til sommerbowlingskolen og du skal kunne bruge omvendt bowling (Gnilwob).

Du skal vide, at det ikke er en fritidslejr, men en bowlingskole, hvor der undervises af uddannede trænere, og at det derfor er din pligt at være aktiv. Du skal have lyst til at bowle og lyst til at lære. Hvis disse forudsætninger er opfyldt er bowlingskolen **din** chance for at få et godt skub mod den øverste halvdel af dansk ungdomsbowling.

Undervisningen veksler mellem teori og praktik på banerne, samt fysisk og mental træning udenfor banerne. Her er lige et par rigtig nyttige oplysninger på falderebet:

- Ord som f.eks. ”kan ikke” kan med fordel efterlades hjemme.
- Der er ikke meget fritid ved siden af bowlingen, men det er SÅ sjovt at være med.
- Som hovedregel skal alle deltage i alle aktiviteter. Fritagelse for morgenløb vil kun ske i meget få tilfælde.
- Der **vil** blive stillet krav til dit engagement og din opførsel. Lærerne vil ikke bruge en masse tid på problemer, der ikke har med bowling at gøre.
- Husk tøj der er velegnet til bowling, *ikke cowboybuksen*.

Når du har læst denne side, og bestemt dig for, at du gerne vil deltage i sommerbowlingskolen, så er det bare med at blive meldt til. Så glæder vi os til nogle rigtig gode dage for dig, dine medkursister og lærerne.

**Vel møde til 4 sjove, hårde og lærerige dage i Kolding.**

Med sportslig hilsen  
Lærerne