

## **Deltakererklæring for ambisjoner og trening Norsk Vinkelnerlandslag**

### 1. Redegjør for din ambisjon som konkurransevinkelner

Hva ønsker du å oppnå som vinkelner i konkurranser?

Hvilket tidsperspektiv har du for å nå dine mål?

Hvorfor bør akkurat DU representere Norge/NVF i VM/EM

### 2. Status egne ferdigheter

Redegjør for hva du ser som dine styrker og svakheter. Hva tror du at du trenger å forbedre deg mest på for å oppnå dine mål?

### 3. Gi en detaljert beskrivelse av hvordan du har tenkt å trene for å oppnå dine mål

Hvor mange timer daglig/ukentlig/måned har du satt av til trening?

Hvordan har du planlagt å dokumentere treningen din?