

## Fluekastekurs med Tommy Årkvisla

Skrevet av

søndag 31. mars 2013 21:55 - Sist oppdatert fredag 06. februar 2015 00:03

---



AJFF Halden er stolt av å få besøk av Tommy Årkvisla. Han er en av Norges og verdens beste fluekastere, en erfaren lakse- og ørretfisker og en meget anerkjent kasteinstuktør. Han kan tilby oss kurs både med enhånds- og tohåndsstang for nybegynnere og viderekommende.

**Kursdagen gjennomføres lørdag 6.april kl.1000-1600.**

Kurset blir støttet av foreningen slik at det kun blir en mindre avgift for hver deltaker.

**NB. Hver deltaker må ved påmeldingen oppgi sitt nivå og ønske om kurs, se kursbeskrivelse under. Mobilnummer og epostadresse må også oppgis.**

**Påmelding seinest søndag 17. mars** til Morten Dalby på 99718403 eller til [modalb@online.no](mailto:modalb@online.no)

### **Kursbeskrivelse:**

**1. Grunnkurs enhåndsstang** passer for nybegynnere som ønsker å lære seg å kaste med fluestang. Det blir lagt vekt på det grunntekniske med rette snørelinjer, stoppunkter, akselerasjon, arbeidsvei, pendling og dobbelttrekk.

**2. Videregående enhåndsstang** er for de som ønsker å forbedre sin teknikk ved å utnytte utstyret mer effektivt. Fokus legges på viktigheten av "rett tommel", riktig bruk av kroppen og hvordan oppnå lengre kast.

**3. Spey med enhåndsstang** legges opp med grunnteknisk trening av de ulike underhåndskastene. Her vil det også bli fokusert på tilpasning av utstyret og hvordan en på best mulig måte skal mestre ulike fiskesituasjoner.

**4.Grunnkurs med tohåndsstang** passer for nybegynnere som ønsker å lære seg spey kast helt fra bunnen av, samt å trene på flere ulike fiskekast.

## Fluekastekurs med Tommy Årkvísla

Skrevet av

søndag 31. mars 2013 21:55 - Sist oppdatert fredag 06. februar 2015 00:03

---

**5. Vidergående tohånds speykasting** gjennomføres med vekt på å utnytte utsyret best mulig og å trene de ulike fiskekastene som trengs i forskjellige situasjoner i elva. Det vil også bli mer fokus på lengre kast.

**6. Formel 1 spey.. Lange liner og lange kast.** Dette er et kurs som setter større krav til de deltakerne som ønsker å kunne kast virkelig langt i større elver.