



Oskar Seel

Am Weiher 2a
90427 Nürnberg

B und C Trainer Bogen

E-Mail oskar@bogentrainer.de

www.bogentrainer.de

Telefon: 0911/301377

Jedermann Seminar 1/12

Mit Verlängerung des Vereinsübungsleiterscheines

Thema: **Technik Leitbild und Lehrmethodik –
„was hat sich geändert“**
Infos aus dem Lehrgang mit Martina Volkland November 2011

Termin: Sonntag 26. Februar 2012 13:00 bis 18:00 Uhr Eintreffen ab 12:30 Uhr

Ort: Bogensporthalle GS Boxdorf 90427 Nürnberg, Fritz-Erler-Str. 110

Lehrgangsleiter: Oskar Seel und Thomasz Adamczyk

Lehrgangsgebühr: 25,- € vor Ort in bar zu bezahlen

Anmeldung: unter E-Mail oskar@bogentrainer.de
Der Lehrgang ist auf 20 Teilnehmer begrenzt

Meldeschluss: 22 Februar 2012

Teilnehmer/Interessierte:

Für Recurveschützen, die ihren Schußablauf effektiver gestalten wollen und für Vereinstrainer, um ihr Training effektiver zu gestalten. Die Teilnehmer sollten mindestens seit einem halben Jahr einmal in der Woche trainieren.

Inhalt: **Theorie:** Warum mache ich was und welche Auswirkung hat es. Der Schußablauf in seinen Punkten. Neue Erkenntnisse, KiSik Lee, Oliver Haiden, Martina Volkland.

Praktisch: Auf die zur Persönlichkeit und zum Körperbau des jeweiligen Schützen passende Verbesserung des Schussablaufes, dass er effektiver, kraftsparender und immer gleich und nachvollziehbar wird.

Ziel: Weiterentwicklung des eigenen Schussablaufes und ihn effektiver gestalten.

Extras: Wer einen USB Stick mitbringt, kann sich die Unterlagen gleich kopieren.

Bitte Eure Bogenausrüstung mitbringen!

Der Lehrgang ist beim MSB gemeldet, bitte Testata Heft mitbringen.

Oskar Seel Bogentrainer B + C

Thomasz Adamczyk Bogentrainer C