

Jedermann-Tageslehrgang

(auch für VÜL-Verlängerung und –Weiterbildung)



- Thema:** Vom Einsteigerkurs bis zum ersten Wettkampf
- Termin:** **Samstag, 10. Oktober 2020**
- Beginn: 10:00 Uhr,
Ende: 17:00 Uhr
- Ort:** SpVgg Roth e.V.
Sandgasse 27
91154 Roth
- Lehrgangsleitung:** Oliver Fünfgelder (Trainer C-Leistungssport im DSB)
- Lehrgangsgebühr:** 25,- € (in bar am Lehrgangstag zu zahlen)
- Anmeldung:** schriftlich (per E-Mail) bei
Oliver Fünfgelder (oliver@fuenfgelder.de)
- Der Lehrgang ist auf 15 Teilnehmer begrenzt.
- Meldeschluss:** 04. Oktober 2020
- Zielgruppe:** **Jeder interessierte Bogenschütze**
(zur VÜL-Verlängerung bitte Testatheft mitbringen)
- Inhalt:**
- 1. Das Technikleitbild anhand der neuen BSSB-VÜL-Mappe**
 - 2. Organisation und Durchführung eines Einsteigerkurses – auch während Corona**
 - 3. Förderung der Körper-Stabilität des Schützen (Aufwärm- und Kräftigungsübungen)**
 - 4. Regelkunde; was muss ich als Übungsleiter oder Schütze von der Sportordnung wissen?**
 - 5. Wettkampfformen für Einsteiger**

Bitte eigenen Bogen, Theraband, Gymnastikmatte für den Praxisteil mitbringen. Der Praxisteil findet bei jedem Wetter draußen statt. Bei trockenem Wetter auch der Theorieteil.

Anschrift:
Zwischen den Dörfern 9
91154 Roth

Kontakt:
Tel.: 09171/899203
Mail: oliver@fuenfgelder.de