



Bayerischer Sportschützen – Bund e.V.

BEZIRK OBERFRANKEN



Klaus Zametzer, Bezirks-Assistenztrainer Bogen, Tel. 09191-5539, e-mail: KSZametzer@gmx.de

VÜL - Fortbildungslehrgang

Athletiktraining für Bogenschützen

- Halten, Stehen, Treffen -

Für alle engagierten Vereinsübungsleiter (VÜL) die ihr Wissen zu dieser Thematik auf den neuesten Stand bringen möchten. Der Lehrgang kann zur VÜL - Verlängerung in 2023 (angerechnet werden 4 UE) genutzt werden.

Referent:	Klaus Zametzer , DOSB B-Trainer Leistungssport	
Wann:	Sonntag, 26. Februar 2023 , von 9.30 – 12.30 Uhr	
Wo:	Bogengelände der SG 1608 Höchstadt, 91315 Höchstadt, Am Sportpark 5	
Themen:	<ul style="list-style-type: none">- Warum Athletiktraining ?- Was bedeutet Athletik im Schießsport ?- Wann ist der richtige Zeitpunkt dafür?- Praktische Übungen- Antworten und Ratschläge zu den Fragen der Teilnehmer	
Anmeldung (verbindlich!):	Klaus Zametzer, Tel. 09191/5539 e-mail: KSZametzer@gmx.de	
Meldeschluss:	19. Februar 2023	<u>Die Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt !</u>
Lehrgangsgebühr:	25 €, vor Ort in bar zu bezahlen	

- Eine Gymnastikmatte (oder Decke) sowie ein Theraband sind mitzubringen

- Getränke werden zu günstigen Preisen angeboten, für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für evtl. Sach- und/oder Personenschäden!

Mit sportlichem Gruß

Klaus Zametzer