

BEZIRK MÜNCHEN

IM BAYERISCHEN SPORTSCHÜTZENBUND



Ralph Kunath, Tulpenstr. 15, 82110 Germering

**an alle Bogenvereine im Bezirk München
und darüber hinaus**

Bogenreferent
Ralph Kunath
Tulpenstr. 15
82110 Germering
Tel.: 089/840 57 200
ralph.kunath@me.com

17. Januar 2020

Jedermann-Lehrgang – mit VÜL-Verlängerung

Der Schützenbezirk München lädt zu einem Jedermannlehrgang (mit VÜL-Verlängerung) ein.

Veranstalter: Bezirk München

Lehrgangsleitung: Michaela Leitner, C-Trainerin Bogen und Mentaltrainerin

Lehrgangsort: BC Ismaning – Osterfeldhalle, Oskar-Messter-Starße 2,
85737 Ismaning

Datum: Samstag, 28.03.2020, 9.30 - 17.00 Uhr

Lehrgangsgebühr: 50,00€ je Teilnehmer. Die Vereine werden aufgefordert die Kosten zu übernehmen! Die Gebühr wird vor Ort in bar kassiert.

Achtung: Der Lehrgang ist auf 20 Teilnehmer begrenzt. Die Teilnehmer bringen bitte ihre Schießausrüstung und Schreibzeug mit.

**Themen: Mentale Vorbereitung auf den Wettkampf
Potenziale zum richtigen Zeitpunkt abrufen
Weg mit den Selbstzweifeln
Kinder trainieren „anders“**

Verpflegung: Mittagessen (Pizza) kann bestellt werden. Sportlergerechte Getränke sowie Zwischenmahlzeiten sind selbst mitzubringen.

Anmeldung: bis Sonntag, 22.03.2020
per Email an Michaela Leitner micleit@googlemail.com

Rückfragen: Michaela Leitner, 0170 4954320