

# Kurse 1. Halbjahr 2016

Kurse für VÜL und andere Interessierte.

Die Kurse kosten jeweils 5.-€ außer VÜL-Kurs. Bei den VÜL Eintrag ins Testatheft zur Ausweis Verlängerung.

Kursbeginn jeweils um 19.30 Uhr. Ende ca. 22.30 Uhr im Schützenheim in Autenzell.

Andere Kursorte in Absprache mit Kursleiter GÜL-Manfred Kügele möglich.

Anmeldung ist notwendig. Bei zu geringer Teilnehmerzahl wird der Kurs ersatzlos gestrichen.

Auch andere Themen auf dem heimischen Stand sind in Absprache möglich.

## **Kurs 1: Äußerer und Innerer Anschlag**

**Thema:** Füße, Rumpf, Arme, Kopf, Muskeln, Balance/Statik, Atmung, Nullpunkt

**Mitbringen:** LG-Ausrüstung soweit vorhanden

**Datum:** Do. 04.02.2016

## **Kurs 2: Bewegungsabläufe**

**Thema:** Zielen, Auslösen, Rhythmus

**Mitbringen:** LG-Ausrüstung soweit vorhanden

**Datum:** Di. 16.02.2016

## **Kurs 3: Zielweg**

**Thema:** Annähern, Platzieren, Halten, Reaktion, Konstanz

**Mitbringen:** LG-Ausrüstung soweit vorhanden

**Datum:** Do. 18.02.2016

## **Kurs 4: Die Psyche des Schusses**

**Thema:** Mentales Training, Einstellung, Taktik-Vorbereitung, Taktik-vor dem Start  
Taktik-Pause

**Mitbringen:** Schreibzeug

**Datum:** Di. 23.02.2016

## **Kurs 5: Vereinsübungsleiter**

**Voraussetzung:** mind. 18 Jahre.

18 Monate gemeldetes Mitglied im Schützenverein

Schießleiterausbildung für Luftdruck/Feuerwaffen 6/10 UE.

**Ohne diese Nachweise keine Anmeldung.**

**Mitbringen:** LG – Ausrüstung für den ersten Kursabend

LP – Ausrüstung für den zweiten Kursabend

Schreibzeug und gültige Sportordnung

**Datum:** Do. 25.02.2016 erster Kursabend

**Dauer:** 26 UE a 45 Minuten = 19,5 Stunden

**Kosten:** 50.- €