

Was bringt mir ein Trainingskurs?

- ist ein Vereins- und Leistungssport
- für Mädchen und Knaben geeignet
- Sportart mit extremer Anforderung an die Körperbeherrschung
- fördert Disziplin und Konzentration
- Körperliche Fitness
- fördert die Kameradschaft und das Gruppenverhalten
- ist im Jugend und Sport integriert
- ist ein populäre Freizeitaktivität im Dorf
- möglich ab 10 Jahren bis ins hohe Alter
- formt Geist, Psyche und Charakter
- Stellung stehend (ab Böckli, Galgen oder stehend frei)
- Einzel- und Mannschaftswettkämpfe
- Du lernst im Kurs, verantwortungsvoll mit einem Sportgewehr umzugehen
- Die koordinierte Schussabgabe gehört zu den Grundtechniken des Schiessens
- Feinmotorik und die Atemtechnik wird geschult
- Während den Theorielektionen wird Dir die Funktionsweise und allerlei wissenswerte über das Sportgewehr beigebracht.
- Förderung der Kameradschaft

Was bieten wir

- ✓ 10 m Schiessanlage mit elektronischer Treffer Anzeige
- ✓ Ausgebildete TrainerInnen
- ✓ Erwachsenen gerechte Ausbildung und Betreuung
- ✓ Trainingslehrgang für Erwachsene
- ✓ Sportgewehr (Hämmerli)
- ✓ Kostengünstige Ausbildung

Trainingsdaten

Donnerstag, 10.11.11	Donnerstag, 12.01.12
Donnerstag, 17.11.11	Donnerstag, 19.01.12
Donnerstag, 24.11.11	Donnerstag, 26.01.12
Donnerstag, 01.12.11	Donnerstag, 16.02.12
Donnerstag, 08.12.11	Donnerstag, 23.02.12
Donnerstag, 15.12.11	Donnerstag, 01.03.12
Donnerstag, 22.12.11	Donnerstag, 08.03.12
Donnerstag, 05.01.12	Donnerstag, 15.03.12

Zeit : ab 17.30 Uhr (je nach anzahl Teilnehmer)

Dauer: ca. 1 ½ Std.

Für Fragen stehen die Leiter gerne zur Verfügung!

Bitte Anmeldung bis Sonntag, 30. Okt.. 2011

an Martin Meier Schützweg 24, 8222 Beringen

martin.meier@shinternet.ch