



# **Bayerischer Sportschützenbund e.V.**

## **Bezirk Unterfranken – Bogen**

**Siegbert Hofmann**  
Bezirksbogentrainer  
Am Tannle 6  
97520 Röthlein  
Tel. 09723/3395  
Mail: bogensigi@t-online.de

**An alle Bogenvereine in Unterfranken**

### **Ausschreibung**

## **Offener Jedermann-Lehrgang Bogen**

## **für Recurve-Schützen und VÜL**

Liebe Vereinsübungsleiter, Bogenschützinnen und Bogenschützen,  
hiermit lade ich zu dem oben genannten Lehrgang ein.

#### **Der Kurs beinhaltet folgende Themen:**

##### **Thema 1**

##### **Technikleitbild**

Gliederungselemente des Bewegungsablaufs

##### **Thema 2**

##### **Sinn und Zweck des Auf- und Abwärmens im Bogensport**

mit praktischen Übungen zum Mitmachen

##### **Thema 3**

##### **Grundeinstellung des Recurvebogens**

in Theorie und Praxis

Materialempfehlungen sind **nicht** Inhalt dieses Kurses.

Der Ausbildungsinhalt umfasst ausschließlich die Bogenart Recurve.

Der Lehrgang ist offen für alle Bogensportler, die die unten genannten Voraussetzungen erfüllen.

#### **Datum:**

Samstag 16.02.2013    09:30 Uhr – ca. 17:00 Uhr.

#### **Lehrgangsort:**

Schützenhaus der Kgl. priv. SG Volkach  
Im Seelein 16  
97332 Volkach



# Bayerischer Sportschützenbund e.V.

## Bezirk Unterfranken – Bogen

**Siegbert Hofmann**  
Bezirksbogentrainer  
Am Tannle 6  
97520 Röthlein  
Tel. 09723/3395  
Mail: bogensigi@t-online.de

### **Referent(en):**

Beate Wrosch	B-Trainerin Bogen BSSB
Ines Dotterweich	Physiotherapeutin (in Ausbildung) des Bezirksskades Ufr
Michael Meyer	B-Trainer Bogen BSSB
Siegbert Hofmann	C-Trainer Bogen BSSB

### **Teilnehmer:**

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt.

### **Voraussetzung:**

Aktive/r Recurve-Bogenschütze/-in, oder VÜL-Bogen, Mindestalter: 18 Jahre.

### **Material:**

Bitte eigene Schießausrüstung, Schreibsachen und Sportkleidung mitbringen.

### **Verpflegung:**

Zum Essen stehen folgende Gerichte zur Auswahl:

*Hackbraten Kartoffeln und Karottengemüse und Kasseler mit Sauerkraut und Brot*

Bitte das entsprechende Wunschgericht bei der Anmeldung mit angeben.

### **Lehrgangsgebühr:**

Pro Teilnehmer: € 15,-- (Barzahlung vor Ort), (Speisen und Getränke auf eigene Kosten).

Die Vereine werden gebeten, die Kosten zu übernehmen.

### **Anmeldung:**

Verbindlich per Mail an die oben genannte Adresse unter Angabe folgender Daten:

<b>Name:</b>	<b>Adresse:</b>
<b>Telefonnummer:</b>	<b>E-Mail:</b>
<b>Verein:</b>	

### **Anmeldeschluss:**

**13. Februar 2013**

Euer

Siegbert Hofmann  
Bez.Bogentrainer UFR