

Neue Perspektiven im bogensportlichen Training

mit Instruktor Oskar Nawratil

Vom rein mentalen Training bis hin zum körperlichen Training in 8 kleinen Trainingsstufen mit vielen tollen „Aha“-Erlebnissen und Partnerübungen

Themen

- Einführung in das mentale Training
- Ideomotorisches Training und Visualisierung
- Training ohne Bogen
- Training mit Bogen ohne zu schießen
- Blind schießen
- Schießen ohne Auflage mit offenen Augen
- Streifenschießen
- Schießen auf ausgeschnittene Ringauflagen
- Schießen auf volle Ringauflagen

Termine Zeiten

Samstag 25. April 2026 10:00 – 16:00 Uhr (inkl. Mittagspause)

Zielgruppe:

ÜL, Instruktoren, Trainer

Ort:

Bogensportclub Stockerau, am Spitzgarten 118, 2000 Stockerau

Voranmeldung

Verbindliche Anmeldung bis Sa. 18. April 2026 an

ÖBSV Ausbildungsreferat unter folgendem Link:

<https://widgets.yolawo.de/w/0/bookables/67d1b278a49af51c2e042f0f>

Anzahl der Teilnehmer

Maximal 12 Teilnehmer, mindestens 5 Teilnehmer

Kosten:

50€ pro Person, Bezahlung vor Ort

Kontakt: Mail: oskar.nawratil@aon.at, Tel: 0664 50 666 40