



Schiesskurs 30m

Armbrust 30m

Turbenthal – 16. / 17. 04. 2011

Kursprogramm:

Ausschreibung:	<ul style="list-style-type: none">- Für stehend- und kniend-schiessende Armbrustschützen- Ein Schiesskurs Armbrust 30 bzw. 10m ist Voraussetzung für die Ausbildung zum J+S Leiter Sportschiessen / Verbandstrainer C.
Kursort:	<ul style="list-style-type: none">- Armbrustschiessanlage 30m, 8488 Turbenthal, im Gmeiwerch
Kurskosten:	<ul style="list-style-type: none">- Allgemein Fr. 200.-- Jugendschützen Fr. 150.-- Mitglieder ZKAV Fr. 150.- (Fr. 50.- durch ZKAV)- Die Kurskosten werden zu Beginn des SK in bar eingezogen.- Im Kursgeld enthalten sind:<ul style="list-style-type: none">• Kursordner mit Kursunterlagen• Miete Schießanlage• Kursleiterentschädigung• 2 Mittagessen• 2x Znünikaffee mit Gipfeli• 2x Zvierigetränk (alkoholfrei)
Übernachtung:	Muss vom Kursteilnehmer selbst organisiert werden.
Datum und Zeit:	Kursbeginn: Samstag, 16. 04. 2011, 07.30 Uhr Kursende: Sonntag, 17. 04. 2011, 17.30 Uhr
Kursleitung, Organisation und Anmeldung:	Hans Bühler, Tösstalstr. 173, 8488 Turbenthal N: 079 446 74 10 E-Mail: hans.buehrer@bluewin.ch
Anmeldefrist:	1.04.2011
Ausrüstung:	Bitte mitbringen: <ul style="list-style-type: none">- Komplette Schiessausrüstung 30m mit Ersatzpfeilen- Schreibzeug- Persönliche Reiseutensilien und Effekten- Der Witterung angepasste Kleidung



Schiesskurs 30m

Armbrust 30m

Turbenthal – 16. / 17. 04. 2011

Arbeitsprogramm 1. Tag

Zeit	Thema	Ort	Leitung / Referent
08.00-08.15	Begrüssung, Kursziele, Administratives, Vorstellungsrunde	Theoriesaal	Admin. Leiter: Hans Bühler Technischer Leiter: Markus Wüest
08.15-09.00	Koordinierte Schussauslösung	Theoriesaal	Markus Wüest
09.00-09.40	Stellungsaufbau: Grundlagen Kniendstellung	Theoriesaal	Markus Wüest Ernst Moor
09.40-10.00	<i>Znüni-Pause</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
10.00-12.00	Praktisches Schiessen: Stellungsaufbau kniend mit Floorliner	Schiessstand	Klassenlehrer
12.15-13.15	<i>Mittagessen</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
13.30-15.30	Praktisches Schiessen 1: Kernelemente: Atmen, Zielen, Auslösen Praktisches Schiessen 2: Zielfehler, Diopterkorrekturen	Schiessstand	Klassenlehrer
15.30-16.00	<i>Zvieri-Pause</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
16.00-17.00	Praktisches Schiessen 3: Koordinierte Schussauslösung	Schiessstand	Klassenlehrer
17.00-17.30	Schiesstechnik: Armbrustreglement, Ausrüstung; Armbrustpflege	Theoriesaal	Klassenlehrer

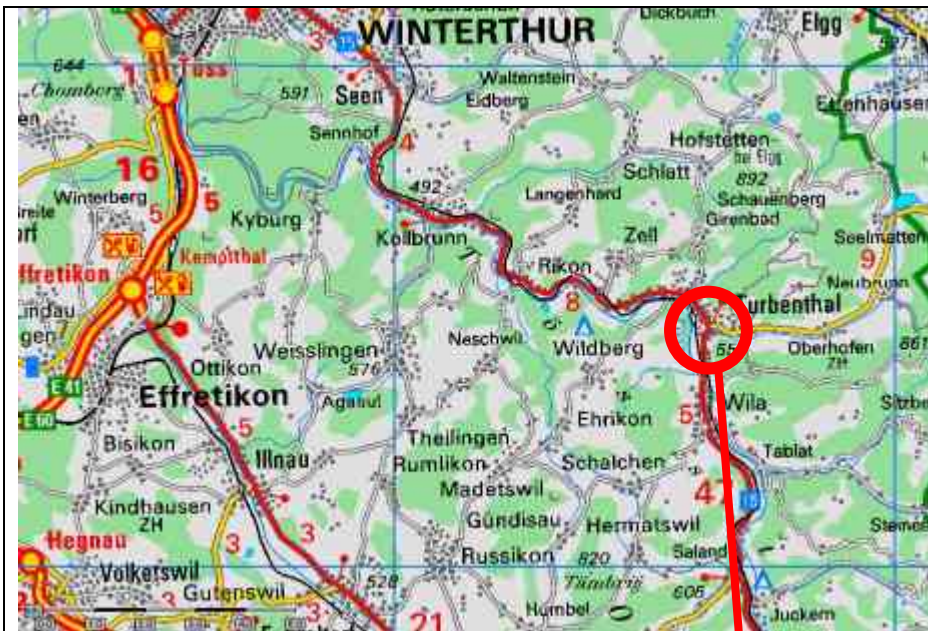
Arbeitsprogramm 2. Tag

Zeit	Thema	Ort	Leitung / Referent
08.00-08.30	Schiesstechnik: Diopter, Blenden, Filter, Witterungseinflüsse	Theoriesaal	Heinz Bolliger
08.30-09.15	Schiesstechnik: Trainingsmethodik, Wettkampfvorbereitung, Ernährung	Theoriesaal	Heinz Bolliger
09.15-09.45	<i>Znüni-Pause</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
09.45-12.00	Praktisches Schiessen: Kniendstellung, Leistungstest, Coaching	Schiessstand	Klassenlehrer
12.00-13.00	<i>Mittagessen</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
13.00-13.30	Ausbildungskonzeption	Theoriesaal	René Koller
13.30-15.30	Praktisches Schiessen: Stehendstellung, Stellungsaufbau	Schiessstand	Klassenlehrer
15.30-16.00	<i>Zvieri-Pause</i>	<i>Schützenstube</i>	<i>Adm. Leiter</i>
16.00-16.30	Schlussprüfung	Theoriesaal	Adm. Leiter
16.30-17.00	Schiesstechnik: Psychoregulierung, mentales Training	Theoriesaal	Heinz Bolliger
17.00-17.30	Kursbeurteilung, Schlussbesprechung, Entlassung	Theoriesaal	Techn. Leiter; Adm. Leiter

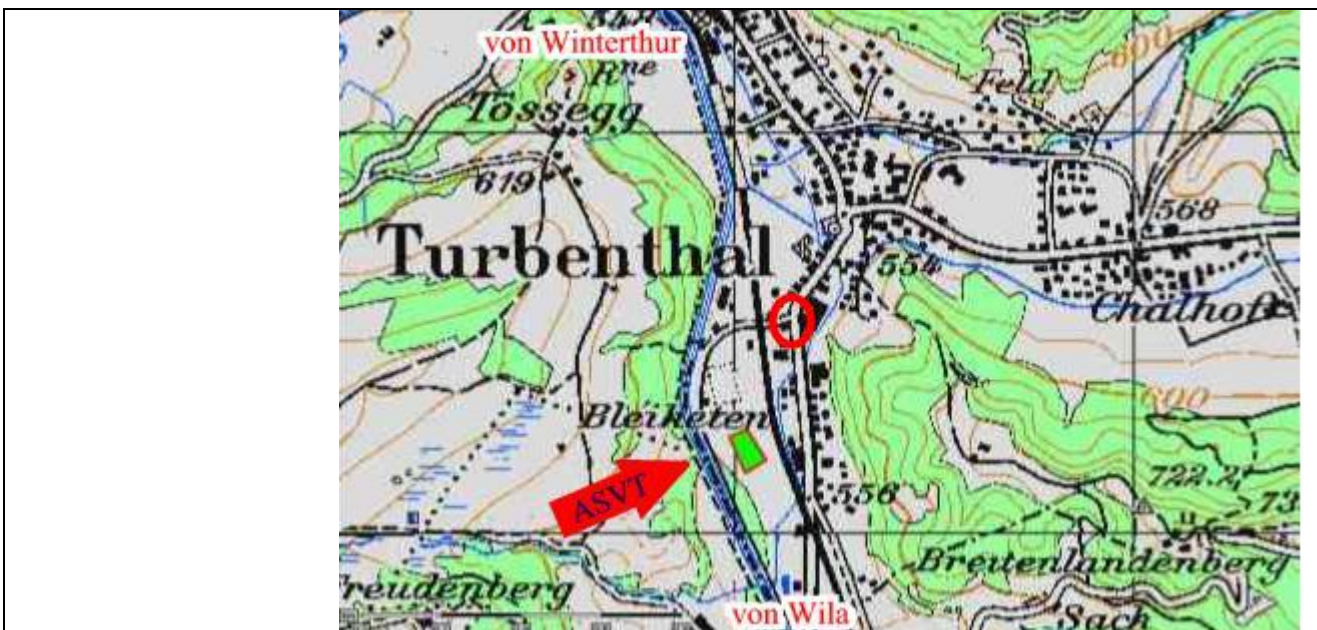
Schiesskurs 30m Armbrust 30m

Turbenthal – 16. / 17. 04. 2011

Kursort



Armbrust Schützenhaus
im Gmeiwerch
8488 Turbenthal





Schiesskurs 30m
Armbrust 30m
Turbenthal – 16. / 17. 04. 2011

Anmeldung

Anmeldung an:	Hans Bühler Tösstalstr. 173 8488 Turbenthal N: 079 446 74 10 E-Mail: hans.buehrer@bluewin.ch		
Anmeldefrist:	1. April 2011		
Kursort:	Armbrust Schützenhaus im Gmeiwerch, 8488 Turbenthal		
Kursdaten:	Samstag, 16.04.2011, 08.00-17.30 Uhr Sonntag, 17.04.2011, 08.00-17.30 Uhr		
	Name, Vorname	
	Strasse	
	Postleitzahl Wohnort	
	Adressnummer	Geb. Datum
	Tf P	Tf N
	E-Mail	
	Schützenverein	Verband
	<i>Mit dieser Anmeldung nehme ich zur Kenntnis, dass meinem Verein eine Rechnung von Fr. 150.- gestellt wird, wenn ich dem Kurs unentschuldigt fernbleibe.</i>		
	Ort, Datum	Unterschrift
	Bemerkungen:	