



Übungsleiterfortbildung Salzburg

Termin: 12.10.+13.10.2019

- SA Vormittag:** Kurze Zusammenstellung aus der ÖSCHO,
von der ISSF Pistole und Gewehr,
Stehend aufgelegt schießen, LP5, Mixed Bewerb
- SA Nachmittag:** Strukturierung einer Trainingseinheit
Trainings­tagebuch (Anregungen für mögliche Inhalte)
Allgemeines zur Trainingsplanung
Pädagogische Hinweise für das Training mit Kindern
Führungsstile
Beispiel eines Trainingsplanes
Das Yerkes-Dodson-Gesetz
- SO Vormittag:** Die Hauptelemente des Schießtrainings
Taktik im Schießen
Unmittelbare Wettkampfvorbereitung
Motivation
Der Flow Zustand
Mentales Training
Wettkampfangst

Kurskosten: Skriptum, 10.- pro Teilnehmer

Christian SCHARF
Fachreferent

Partner des ÖSB

