

LZ-MITTE TRAINING APRIL 2014

Datum	Montag, 21.4.2014 (Ostermontag)
Uhrzeit	10:00 bis 15:00
Ort	Henndorf, FITA-Platz des UBSC Flachgau
Eingeladen werden	Cornelia Breckner, Gregor Gappmayer, Stefan Pöll, Roxana Kratzmüller, Samuel Keller; Alexandra Breckner Es sind auch andere Schützinnen und Schützen herzlich willkommen!
Ausrüstung	Wettkampfausrüstung bzw Übungsbogen Outdoor-Ausrüstung Trainingsbuch, Protokolle Trainingsplan
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> • Technik-Training lange Distanzen • Material-Umstellung Outdoor • Mental-Training: Kurz-Workshop Leistungsbestimmende Faktoren und Handlungsanleitungen • Besprechung der individuellen Trainingspläne • Spez. Krafttraining bzw Verletzungspräventionstraining
zur Kenntnis an	Präsidentin Trudy Medwed; Jugendreferent Johann Uschoung; Vize-Präsident Herwig Haunschmid; BT Samo Medved; BT Erich Schöber; BT Mag. Christian Linhart; Co-Trainer Christian Wöll; Topsport-Koordinator Frank Seewald, BSc; Webmaster

Angelika Brunner
ausbildung@oebv.com
Co-Trainerin, LZ Mitte

Salzburg, am 3.4.2014





TEILNAHME-LISTE

FAMILIENNAME	VORNAME	WOHNORT	TAGE	UNTERSCHRIFT
			1	
			1	
			1	
			1	
			1	
			1	

