

Jedermann-Wochenlehrgänge 2012

Gewehr und Pistole

Termine:	201.1	13.05. - 18.05.2012	Kleinkalibergewehr
	201.2	30.09. - 05.10.2012	Sportpistole
	201.3	21.10. - 26.10.2012	Luftgewehr

Ort: Bundesleistungszentrum Wiesbaden

Zielgruppe: Offen für alle, die einem Verein des Deutschen Schützenbundes oder einem ausländischen Verband angeschlossen sind. Das Leistungsniveau spielt keine Rolle.

Inhalte:

- Technik und Taktik des Schießens in Theorie und Praxis
- Durchführung verschiedener Trainingsmethoden
- Systematischer Trainingsaufbau
- Trainingsplanung allgemein und individuell
- Leistungsdiagnostische Technikanalysen
- Wettkampftraining
- Fitness und Entspannung

Leitung: Diplom-, A-, B-Trainer des Deutschen Schützenbundes

Meldeschluss: jeweils 4 Wochen vorher

Kosten: 450,00 Euro (einschließlich Unterkunft im DZ und Verpflegung, Standbenutzung, Luftgewehr- und Luftpistolenmunition, Scheiben, Elektronik- und Diagnostikeinrichtungen, Lehrgangsmaterial, Sauna).

Teilnehmer:
min. 8 Personen
max. 16 Personen Luftgewehr und Luftpistole
max. 10 Personen Sportpistole

Anmeldung: E-Mail an: fieseler@dsb.de
Anmeldeformulare gibt's im Internet unter:
www.dsb.de (Downloads)

Interessierte Vereine oder Gruppen können zusätzliche Termine (auch Tageslehrgänge) vereinbaren.



erima[®]

SPORTSWEAR SINCE 1900

OFFIZIELLER AUSRÜSTER DES
DEUTSCHEN SCHÜTZENBUNDES



DEUTSCHER SCHÜTZENBUND E.V.

GEMEINSAM GEWINNEN
www.erima.de

Jedermann-3-Tage-Lehrgänge 2012

Gewehr und Pistole

Termine:	202.1	09.03. - 11.03.2012	Sportpistole	Grundlehrgang
	202.2	13.04. - 15.04.2012	Luftpistole	Grundlehrgang
	202.3	20.04. - 22.04.2012	Luftgewehr	Grundlehrgang
	202.4	01.06. - 03.06.2012	Luftpistole	Grundlehrgang
	202.5	08.06. - 10.06.2012	KK Liegend	Grundlehrgang
	202.6	15.06. - 17.06.2012	Luftgewehr Auflage	Grundlehrgang
	202.7	22.06. - 24.06.2012	Sportpistole	Grundlehrgang
	202.8	10.08. - 12.08.2012	Sportpistole	Aufbaulehrgang
	202.9	24.08. - 26.08.2012	KK Dreistellung	Grundlehrgang
	202.10	31.08. - 02.09.2012	Luftgewehr	Aufbaulehrgang
	202.11	14.09. - 16.09.2012	KK Liegend	Aufbaulehrgang
	202.12	05.10. - 07.10.2012	Luftpistole	Grundlehrgang
	202.13	12.10. - 14.10.2012	Luftgewehr Auflage	Grundlehrgang
	202.14	07.12. - 09.12.2012	Luftgewehr	Grundlehrgang
	202.15	14.12. - 16.12.2012	Luftpistole	Aufbaulehrgang

Ort: Bundesleistungszentrum Wiesbaden

Zielgruppe: Offen für Anfänger und Fortgeschrittene, die einem Verein des Deutschen Schützenbundes oder einem ausländischen Verband angeschlossen sind.

Inhalte:

- Technik und Taktik des Schießens in Theorie und Praxis
- Durchführung verschiedener Trainingsmethoden
- Systematischer Trainingsaufbau
- Trainingsplanung allgemein und individuell
- Wettkampftraining
- Leistungsdiagnostische Technikanalysen (Aufbaulehrgang)

Leitung: Diplom-Trainer, A- und B-Trainer des Deutschen Schützenbundes

Meldeschluss: jeweils 4 Wochen vorher

Kosten: 250,00 Euro (einschließlich Unterkunft im DZ und Verpflegung, Standbenutzung, Luftgewehr- und Luftpistolenummunition, Scheiben, Lehrgangsmaterial, Sauna).

Teilnehmer:
min. 8 Personen
max. 16 Personen Luftgewehr und Luftpistole
max. 10 Personen Sportpistole

Anmeldung: E-Mail an: fieseler@dsb.de – Anmeldeformulare gibt's im Internet unter: www.dsb.de (Downloads).

Interessierte Vereine oder Gruppen können zusätzliche Termine (auch Tageslehrgänge) vereinbaren.

Jedermann-3-Tage-Lehrgänge 2012

Trap / Doppeltrap / Skeet

Termine:	203.1	13.04. - 15.04.2012	Reinhard	Grundlehrgang
	203.2	04.05. - 06.05.2012	Däbel	Grundlehrgang
	203.3	08.06. - 10.06.2012	Däbel	Grundlehrgang
	203.4	03.08. - 05.08.2012	Däbel	Aufbaulehrgang
	203.5	31.08. - 02.09.2012	Reinhard	Grundlehrgang
	203.6	28.09. - 30.09.2012	Däbel	Aufbaulehrgang

Ort: Bundesleistungszentrum Wiesbaden

Zielgruppe: Offen für alle, die einem Verein des Deutschen Schützenbundes oder einem ausländischen Verband angeschlossen sind. Das Leistungsniveau spielt keine Rolle.

Inhalte:

- Technik und Taktik des Schießens in Theorie und Praxis
- Systematischer Trainingsaufbau je nach Leistungsniveau
- Trainingsplanung allgemein und individuell
- Mentale Wettkampfvorbereitung
- Wettkampftraining
- Bis 350 Wurfscheiben

Leitung: Diplomtrainer bzw. A-Trainer des Deutschen Schützenbundes

Meldeschluss: jeweils 4 Wochen vorher

Kosten: 315,00 Euro (einschließlich Unterkunft im DZ mit Halbpension, Standbenutzung, Scheiben, Lehrgangsmaterial, Sauna).

Teilnehmer: min. 8 Personen
max. 12 Personen

Wichtig: Halbautomatische und automatische Waffen sind nicht zugelassen. Munition ist auf dem Schießstand erhältlich.

Anmeldung: E-Mail an: fieseler@dsb.de
Anmeldeformulare gibt's im Internet unter:
www.dsb.de (Downloads).

Interessierte Vereine oder Gruppen können zusätzliche Termine (auch Tageslehrgänge) vereinbaren.

Jedermann-3-Tage-Lehrgänge 2012

Bogen

Termine:	204.1	18.05. - 20.05.2012	Grundlehrgang
	204.2	06.07. - 08.07.2012	Aufbaulehrgang
	204.3	28.09. - 30.09.2012	Grundlehrgang

Ort: Bundesleistungszentrum Wiesbaden

Zielgruppe: Offen für alle, die einem Verein des Deutschen Schützenbundes oder einem ausländischen Verband angeschlossen sind. Das Leistungsniveau spielt keine Rolle.

Inhalte:

- Technik und Taktik des Schießens in Theorie und Praxis
- Systematischer Trainingsaufbau je nach Leistungsniveau
- Trainingsplanung
- Durchführung verschiedener Trainingsmethoden
- Fitness und Entspannung

Leitung: A-Trainer des Deutschen Schützenbundes

Meldeschluss: jeweils 4 Wochen vorher

Kosten: 250,00 Euro (einschließlich Unterkunft im DZ und Verpflegung, Standbenutzung, Scheiben, Lehrgangsmaterial, Sauna).

Teilnehmer: min. 8 Personen
max. 12 Personen

Anmeldung: E-Mail an: fieseler@dsb.de
Anmeldeformulare gibt's im Internet unter:
www.dsb.de (Downloads).

Interessierte Vereine oder Gruppen können zusätzliche Termine (auch Tageslehrgänge) vereinbaren.

Jedermann-3-Tage-Lehrgänge 2012

Sommerbiathlon

- Termine:** 205.1 03.02. – 05.02.2012
205.2 27.04. – 29.04.2012
205.3 23.11. – 25.11.2012
- Ort:** Bundesleistungszentrum Wiesbaden
- Zielgruppe:** Offen für alle, die einem Verein des Deutschen Schützenbundes oder einem ausländischen Verband angeschlossen sind. Das Leistungsniveau spielt keine Rolle.
- Inhalte:**
- Grundlagen der Anschlagstechnik liegend und stehend
 - Technischelemente
 - Systematischer Trainingsaufbau
 - Verhaltensregeln bei Witterungseinflüssen
 - Fitness und Entspannung
- Leitung:** A-Trainer des Deutschen Schützenbundes
- Meldeschluss:** jeweils 4 Wochen vorher
- Kosten:** 250,00 Euro (einschließlich Unterkunft im DZ und Verpflegung, Standbenutzung, Scheiben, Lehrgangsmaterial, Sauna).
- Teilnehmer:** min. 6 Personen
max. 10 Personen
- Wichtig:** Kein Komplextraining
- Anmeldung:** E-Mail an: fieseler@dsb.de
Anmeldeformulare gibt's im Internet unter:
www.dsb.de (Downloads).