



Ausschreibung Jedermann-Lehrgang

Mentaltraining (mit VÜL-Verlängerung)

Datum:	25.10.2025 Beginn 09:00 Uhr Ende: 16:00 Uhr
Lehrgangsort:	1. FC Passau Dreiflüssestadion Passau (gegenüber vom Bauhaus Passau; Danziger Str. 47, 94036 Passau) Danziger Str. 40, 94036 Passau
Ausbilder:	Eva Degenhart
Thema:	Mentaltrainnig Stärken nutzen – Flow finden – Ziele treffen! Flow - was ist eigentlich Mentaltraining? - lerne deine eigenen Stärken erkennen und nutzen - erstelle dein persönliches Flow-Skript - was sind Ankerworte und wie kannst du sie nutzen? - Anwendungsbeispiel für das Training mit Bogenschützen
Lehrgangsgebühr:	35,00 EUR (wird vor Ort kassiert)
Verpflegung:	Getränke vor Ort Essen Selbstversorger Alternative: Indische Küche beim Vereinswirt
Mitzubringen:	Schreibmaterial Für das Anwendungsbeispiel bitte wetterfeste Kleidung mitbringen. Ausrüstung wird gestellt
Anmeldung/Rückfragen:	Sebastian Berger
Kontakt vor Ort:	Eva Degenhart +49 176 45637344
Anmeldeschluss:	18.10.2025

Dieser Jedermann-Lehrgang wird für interessierten Schützen und Vereinstrainer im Bezirk Niederbayern, bei max. 16 Teilnehmern, durchgeführt. Teilnehmer, die den Lehrgang als VÜL-Verlängerung nutzen, bringen ihren VÜL- und Schützenausweis mit.

Sebastian Berger, Koordinator Sport Bogen, Wallersdorfer Str. 5, 94431 Ganacker

Handy: 0171 86 51429, E-Mail: liga-bogen@schuetzenbezirk-niederbayern.de



Anmeldung Jedermann-Lehrgang mit VÜL-Verlängerung

Mentaltraining – Stärken nutzen – Flow finden – Ziele treffen!

Name:	
Vorname:	
Straße:	
PLZ/Ort:	
Geburtsdatum:	
Tel:	
Schützenpassnummer:	
E-Mail:	
Disziplin (Bogenart):	
Verein:	
VÜL-Verlängerung Ja/Nein? Wenn ja, VÜL - Nummer	
<u>Neu VÜL-Mappe (Stand: Oktober 2019)</u>	
Kann selbst beim BSSB Shop bestellt werden.	https://www.bssb-shop.de/70-v-ul-mappe-bogen.html

Datum:

Ort:

Unterschrift:

Die Anmeldung bitte per E-Mail (PDF-Datei) oder Post an die unten genannte Adresse schicken.

Anmeldeschluss ist der 18.10.2025

Sebastian Berger, Koordinator Sport Bogen, Wallersdorfer Str. 5, 94431 Ganacker

Handy: 0171 86 51429, E-Mail: liga-bogen@schuetzenbezirk-niederbayern.de