



# **POWER-WORKSHOP mit Kursphase für Jugendliche von 10 – 16 Jahren**

## **Power-Workshop**

**am Freitag, 27.05. 2022 von 16:00-19:00 Uhr**

**Kursphase: Di. 31.05.; Do. 09.06.; Di. 14.06.; Do. 23.06.;  
Di. 28.06.; Do. 07.07.; Di. 12.07.2022  
jeweils von 17:15 - 18:45 Uhr**

Der Power-Workshop legt die Grundlage für eine erfolgreiche Bogensportkarriere. Du lernst den Bewegungsablauf nach dem Positionsphasenmodell und schießt ein paar erste Pfeile.

Im Anschluss bieten wir die Kursphase an. Von den angebotenen Terminen solltest Du mindestens 5 wahrnehmen. Während der Kursphase vertiefen wir das im Workshop erlernte. Wir schießen viele Pfeile auf unserem Bogenplatz an der Steinacher Straße, damit Du am Ende das Ziel sicher triffst. Damit bist Du fit für den nahtlosen Übergang ins Jugendtraining bei GS Boxdorf.

Kosten für den Power-Workshop: 20,00 €. Bitte in bar mitbringen.

Für jede Trainingseinheit der Kursphase: 10,00 €. Bitte in bar mitbringen.  
Darin enthalten sind jeweils:

- Benutzung von Bogen, Pfeile und sonstiger Ausrüstung
- Betreuung durch lizenzierte Trainer
- eine schießsportspezifische Tages-Versicherung

