



Steiermärkischer Schützenbund

Schützenrat und Jugendkoordinator

DI Karl-Heinz FÖLZER

8600 Bruck/Mur, Übelstein 4a

+43 676 3446651

E-Mail: heinz.foelzer@gmx.at

Kontoverbindung: RAIKA Graz-Straßgang, AT57 3843 9000 0029 4140

ZVR: 530760232

Einladung zum Trainingslehrgang Jugend LG Saison 2024/25

Zeit und Ort:

- 17.11.2024 SV RB Eggersdorf, Kulturhalle 8063 Eggersdorf

Gruppe A:

- **Freitag Laura** (SV Knittelfeld), **Hoffelner Johannes** (SV Knittelfeld), **Sidenko Maria** (SV Hubertus Graz), **Sidenko Michail** (SV Hubertus Graz), **Cermak Fabricio** (SV Knittelfeld)
- Auf freiwilliger Basis: **Sidenko Inna** (SV Hubertus Graz), **Hansmann Sophie** (Brucker Schützenverein), **Miltscheff Ines** (SV Knittelfeld)
- **09:00 - 12:00** LG Technik Training (tendenzieller Fokus: individuelle Optimierung von Abläufen)
- **13:00 - 16:00** Einheit mit Mentalcoach Johannes Gosch und Sportpsychologen Uwe Triebel

Gruppe B:

- **Frühwirth Johannes** (HSSV Graz), **Sluschny Jakob** (HSSV Graz), **Graf Katharina** (Brucker Schützenverein), **Fladenhofer Katharina** (SV Kindberg), **Lechner Theresa** (SV Feistritztal), **Hansmann Matthias** (Brucker SV)
- **11:00 - 12:00** Einheit mit Mentalcoach Johannes Gosch und Sportpsychologen Uwe Triebel
- **13:00 - 16:00** LG Technik Training (tendenzieller Fokus: Visieren)

Inhalte der Technik Trainings:

- Die Inhalte der Trainings werden auf die aktuellen Bedürfnisse der Schützen abgestimmt, dementsprechend wurde in Gruppen aufgeteilt.
- Aufbau und Verbesserung der 5 Säulen (äußerer Anschlag, innerer Anschlag, Visieren, Auslösen, Nachhalten)
- Wettkampfvorbereitung, Saisonplanung und Ziele, Leistungskontrollen

Bitte um Zu / Absage bis spätestens 09.11.2024

Es ist erwünscht, dass Vereinstrainer bei den Trainings anwesend sind. Es wird darauf hingewiesen, dass, um die Kaderzugehörigkeit zu erfüllen an mehr als der Hälfte der Lehrgänge teilgenommen werden muss (Punkt 6.7.4 LSB Kaderrichtlinien), entsprechend wird die Teilnahme an den Trainings auch als Entscheidung zur Entsendung zur ÖM herangezogen.

Karl-Heinz Fölzer
Trainer Gewehr

Bernhard Hottowy e.h.
LOSM

Manfred Glockengießer e.h.
LSpL Gewehr