



LuigiAix – Boule Pétanque Training

Ludger Roloff – www.luigiaix.de

Technik Update - Tireur

Strukturiertes Training der technischen Fähigkeiten

Termin:	Freitag, 08.06.2018 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Ort:	Boulehalle Aachen-Lichtenbusch B-4731 Lichtenbusch, Raerener Str. 42 Die Boulehalle Aachen-Lichtenbusch bietet gute und preiswerte Verpflegung, die bitte auch dort angenommen und nicht mitgebracht werden sollte! Wir trainieren auf den Außenplätzen. Bei schlechtem Wetter steht die Halle zur Verfügung.
Teilnehmer/-innen:	Spielerinnen und Spieler, die ihre technischen Fähigkeiten trainieren und weiter entwickeln wollen
Inhalte:	<p>Während es in meinen Kursen darum geht, pétanque-spezifische Fähigkeiten grundsätzlich zu vermitteln, werden bei diesem Trainingsangebot „nur“ die vorhandenen Fähigkeiten trainiert und weiter entwickelt.</p> <p>Dazu bietet „Technik Update“ ein strukturiertes Training bezogen auf die Spielpositionen.</p> <p>Das Training beginnt mit ausgewählten Qi Gong-Übungen zum Aufwärmen und Lockern. Es folgen abwechslungsreiche Ateliers zum Technik-Thema. Eine themenbezogene Spielform schließt das Training ab.</p> <p>Anschließend kann noch gespielt werden.</p> <p>Die Aufgabe des Tireurs ist:</p> <ul style="list-style-type: none">- schießen, schießen, schießen . . . vor allem: treffen <p>Aber damit nicht genug: Besser liegen bleiben als die geschossene Kugel (im Spiel), brauchbar im Umkreis der Zielkugel (Palet), direkt dabei bleiben (Carreau), das sind die häufig gewünschten Ergebnisse.</p> <p>Dazu ist ein gut ausgebildeter gleichmäßiger Bewegungsablauf wichtig. „Wir haben den Bogen raus.“</p> <p>Vor allem ist auch die Fähigkeit wichtig, locker und konzentriert zugleich zu sein.</p>
Teilnahmegebühr:	20,00 € (Verbandsangehörige BPV NRW) 25,00 € (Nicht-Verbandsangehörige BPV NRW)
Anmeldung:	Anmeldeschluss: 25.05.2018 Bitte das entsprechende Anmeldeformular nutzen: Verbandsangehörige / Nicht-Verbandsangehörige Die Anmeldungen werden per Mail bestätigt. Die Rechnung über die Teilnahmegebühr wird nach dem Termin des Anmeldeschlusses per Mail verschickt und ist bitte vor Kursbeginn zu überweisen.
Trainer:	Ludger Roloff, C-Trainer Leistungssport Pétanque www.luigiaix.de