



# LuigiAix – Boule Pétanque Training

Ludger Roloff – [www.luigiaix.de](http://www.luigiaix.de)

## „Gewonnen wird im Kopf.“ Mentaltraining für erfolgreiches Pétanque

<b>Termin:</b>	<b>Samstag, 15.12.2018</b> 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Boulehalle Aachen-Lichtenbusch</b> <b>B-4731 Lichtenbusch, Raerener Str. 42</b> Die Boulehalle Aachen-Lichtenbusch bietet gute und preiswerte Verpflegung, die bitte auch dort angenommen und nicht mitgebracht werden sollte!
<b>Teilnehmer/-innen:</b>	<b>Spielerinnen und Spieler, die zu den 3 T auch ein M hinzunehmen wollen.</b>
<b>Inhalte:</b>	<p><b>Technik, Taktik, Team – diese 3 T – sind die Grundlage, um erfolgreich Pétanque spielen zu können.</b></p> <p><b>Das M für Mentales macht dann aber oft den entscheidenden Unterschied aus, der in engen Spielen das Ergebnis bestimmt.</b></p> <p><b>Dabei nehmen wir unsere mentalen Stärken (und Schwächen) oft als gegebene Persönlichkeitseigenschaften hin.</b></p> <p><b>Aber auch „das Mentale“ lässt sich trainieren !</b></p> <p><b>Ich freue mich sehr, mit Andreas Meyer einen Referenten „vom Fach“ für diesen Kurs gewonnen zu haben.</b></p> <p><b>Andreas ist Diplom-Sportwissenschaftler mit Zusatzausbildung als Sportpsychologischer Experte. Und natürlich auch selbst ambitionierter Pétanque-Spieler.</b></p> <p><b>Im Kurs geht es um Theorie – „Wie funktioniert das Mentale? Wie kann man es trainieren? – und um Praxis – Erfahrungen mit ausgewählten Übungen zum Mentaltraining machen!.</b></p> <p><b>Dazu brauchen wir auch unsere geliebten Kugeln, Spielen und Werfen stehen an diesem Tag aber nicht im Vordergrund.</b></p>
<b>Teilnahmegebühr:</b>	<b>50,00 € (Verbandsangehörige BPV NRW)</b> <b>62,50 € (Nicht-Verbandsangehörige BPV NRW)</b> (In der Teilnahmegebühr ist die Hallengebühr enthalten.)
<b>Anmeldung:</b>	<b>Anmeldeschluss: 30.11.2018</b> <b>Bitte das entsprechende Anmeldeformular nutzen:</b> <b><a href="#">Verbandsangehörige</a> / <a href="#">Nicht-Verbandsangehörige</a></b> <b>Die Anmeldungen werden per Mail bestätigt.</b> <b>Die Rechnung über die Teilnahmegebühr wird nach dem Termin des Anmeldeschlusses per Mail verschickt und ist bitte vor Kursbeginn zu überweisen.</b>
<b>Trainer:</b>	<b>Ludger Roloff, C-Trainer Leistungssport Pétanque</b> <b><a href="http://www.luigiaix.de">www.luigiaix.de</a></b> <b>Andrea Meyer, Sportwissenschaftler, Sportpsychologischer Experte</b> <b><a href="http://www.peak-performance-in-sports.de">www.peak-performance-in-sports.de</a></b>