

2. BVNW-Basislehrgang für Bogensport-Vereinstrainer 2010 (VT-B 2010/ II) - Vorplanung



Bogensportverband Nordrhein-Westfalen e.V.

BVNW e.V., Landessportleiter, Bernhard Weidich, An der Sandgrube 5, D- 32469 Petershagen

**An alle
Vereine im BVNW**

Ihr Ansprechpartner:

BVNW Landessportleiter
Bernhard Weidich
An der Sandgrube 5
D- 32469 Petershagen
Tel.: (p) 05704/ 1425
Tel.: (g) Mo-Fr, 9-18 Uhr
05704/ 16057
Fax: 05704/ 9589211
Email:
Landessportleiter@bvnw91.de

Petershagen, den 11. August 2010

2. Basislehrgang für Bogensport-Vereinstrainer 2010 (VT-B 2010 / II)

An alle Ansprechpartner in den Vereinen des BVNW,

aufgrund des großen Erfolges des 1. BVNW-Basislehrganges für Vereinstrainer im Frühjahr diesen Jahres und der entsprechende Nachfrage plant die Sportleitung des BVNW für dieses Jahr noch einen weiteren Basislehrgang für Vereinstrainer im BVNW.

Angesprochen werden sollen durch diese Lehrgangsausbildung insbesondere Bogensportlerinnen und Bogensportler die bereits 18 Jahre alt sind, Mitglied im Deutschen Bogensportverband (DBSV) sind und die eine derartige Traineraufgabe bereits in ihren Vereinen wahrnehmen bzw. übernehmen wollen.

Der Lehrgang VT-B 2010/ II soll stattfinden am **16./17. Oktober, Ort : Eitorf (Rheinland) und am 13./14. November 2010 (Ort wird noch im westfälischen Teil des BVNW festgelegt).**

Die Kosten des Lehrganges betragen für beide Wochenenden (WE) zusammen pro Teilnehmer/-in 175,- Euro, hinzu kommt noch pro Person eine vor Ort zu zahlende Pauschale von 10,- Euro/ WE für das Catering und die angebotene Vorortverpflegung (Teilnahme auf freiwilliger Basis). Fahrt- und Übernachtungskosten sowie zusätzlicher Verpflegungsaufwand sind von den Teilnehmer selbst zu tragen. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 12, maximal können 16 Personen zur Teilnahme an diesem Lehrgang eingeladen werden.

Zur Vorbereitung des Lehrganges möchte ich hiermit alle daran interessierten Vereine bitten mir bis zum **30. August 2010** unter Landessportleiter@bvnw91.de die gewünschte Anzahl ihrer Teilnehmer/innen zu nennen. Sofern die Mindestteilnehmerzahl erreicht wird erfolgt dann am 31. August 2010 die offizielle Ausschreibung zu diesem Lehrgang im Netz und durch direktes Anschreiben der vorgemerkten Vereine und die Teilnehmer/-rinnen können dann verbindlich angemeldet werden (Anmeldeschluss dann: 2. Oktober 2010). Nachfolgend ist das geplante Lehrgangsprogramm dargestellt.

Mit sportlichen Grüßen

Bernhard Weidich

Landessportleiter
Bogensportverband Nordrhein-Westfalen e.V.

2. BVNW-Basislehrgang für Bogensport-Vereinstrainer 2010 (VT-B 2010/ II) - Vorplanung

**Lehrgangsprogramm (Entwurf H. Jacobs) für den
16./17. Oktober, Ort : Eitorf (Rheinland)
und 13./14. November 2010, Ort in Westfalen
Ausbilder: Harrie Jacobs (Roggel, NL-6088 BP, Niederlande)**

Die Aufteilung der Lehrgangstage erfolgt in

09 bis 12 Uhr Lehrgang (Theorie/ Praxis)
12 bis 13 Uhr Mittagspause
13 bis ca. 18 Uhr Lehrgang (Theorie/ Praxis) incl. Kaffeepause

Samstag, den 16. Oktober 2010 (1. Tag)

**Grundtechnik
Vertikale Linie
Horizontale Linie
Details
Links- oder Rechtshand
Atmung
Allgemeine Kondition
Schießkondition
Warming up**

Sonntag, den 17. Oktober 2010 (2. Tag)

**Material
Sehnen
Pfeile
Bogen (Compound, Recurve)
Stabilisation
Acc.**

Samstag, den 13. November 2010 (3. Tag)

**Beobachten
Analysieren
Trainingsplan
Wettkampfformen**

Sonntag, den 14. November 2010 (4. Tag)

**Beweglichkeit
Mobilität
Muskellänge
Koordination
Balance
Konzentration**

**anschließend 15 bis 17 Uhr
Prüfung (theoretisch, praktisch)
sowie 17 bis ca. 18:30 Uhr Nachbesprechung**

Der gesamte 4-tägige Lehrgang umfasst 45 Lerneinheiten zu je 45 Minuten.