Lehrgang Gaukader Pistole am 04.04.2011 bei der FSG Bad Reichenhall

Neueinsteiger jederzeit herzlich willkommen

Hallo,

nächster Lehrgang am 04.04.2011 auf dem Stand der FSG Bad Reichenhall.
Ab 18.00 Uhr ist der Stand geöffnet, zur Vorbereitung bitte pünktlich erscheinen.
Trainingsbeginn ist um 18.30 Uhr

Wer Zeit hat kann kommen, wir werden durchführen:

- Muskelentspannungstraining
- Einführung und Vertiefung Autogenes Training
- Trainieren der einzelnen Komponenten (Trainingshilfen/-Methoden)
- Schießspiel mit der 5schüssigen Luftpistole

Achtung Schüler und Jugendliche (also bis 16 Jahre)

Vorstellung der neuen Disziplin Mehrkampf Luftpistole und Luftpistole OSP

Anlage und Waffe ist vorhanden (Wer noch eine 5schüssige LP hat bitte mitbringen)

Absprache:

Ausflug Gaukader nach München am 09.04.2011
Teilnehmer Eröffnungswettkampf am 16.04.11 in München

Gruß

Andreas