Lehrgang Gaukader Pistole am

Mittwoch, den 09.11.2011

bei der

FSG Bad Reichenhall

Neueinsteiger jederzeit herzlich willkommen

Hallo,

nächster Lehrgang am 09.11.2011 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)
- Lernkontrollen

Achtung :

Suchen noch interessierte Helfer die mit als Trainer eingebunden werden können.

Geplant ist auch einen festen Stützpunkt zu finden wo jede Woche ein Training unter Anleitung stattfinden kann.
Alleine ist das nicht zu schaffen.

Voraussetzungen:

Mindestens 3 Personen die sich bereiterklären (Nötiger Lehrgang kann durch mich erfolgen)

Ein Schießstand muß gefunden werden, der mindestens 20 Stände hat und zentral gelegen ist

Wem etwas dazu einfällt bitte melden

Gruß

Andreas