



LuigiAix - Pétanque-Training

Winterzeit ist Trainingszeit

Trainingsangebot für Spielerinnen und Spieler aus „Aachen und Umgebung“

| | |
|---------------------------|--|
| Termine: | dienstags 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr (28.10., 11.11., 25.11., 09.12., 16.12., 06.01., 20.01., 03.02., 17.02., 03.03., 17.03., 24.03.) Am 16.12. und am 24.03. von 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr! (insgesamt also 28 Trainingseinheiten à 45 Minuten) |
| Ort: | Boulehalle Aachen-Lichtenbusch („beim Hein“) B-4731 Lichtenbusch, Raerener Str. 42 |
| Teilnehmer/-innen: | Maximal zwölf motivierte und engagierte Spielerinnen und Spieler aus „Aachen und Umgebung“, die mit einem regelmäßigen Training ihre Leistungsfähigkeit steigern wollen. Es wird kein bestimmtes „Leistungsniveau“ vorausgesetzt, wohl aber eine über das gesellige Spielen hinausgehende sportliche Zielsetzung (Liga, Turniere, Meisterschaften) |
| Inhalte: | → Technik (Legen und Schießen; basics und specials) → Taktik (individuell, Team, Gegner) → Mentales (Konzentration, Selbstvertrauen, Gelassenheit, . . .) → Kommunikation im Team → Evaluation der eigenen Leistungsfähigkeit → Video-Feedback¹ → Anwendung im Wettkampf → . . . und natürlich viel Spaß am Spiel! |
| Teilnahmegebühr: | pro Teilnehmer 125,00 € (In der Teilnahmegebühr ist die Hallengebühr enthalten. Natürlich darf nach dem Training weitergespielt werden.) |
| Anmeldung: | Per Mail an: anmeldung@luigiaix.de Anmeldeschluss: 30.09.2014 Die Anmeldungen werden per Mail bestätigt. Die Rechnung über die Teilnahmegebühr wird mit verschickt. Die Anmeldung ist nach Zahlungseingang abgeschlossen. |
| Trainer: | Ludger Roloff, C-Trainer Leistungssport Pétanque www.luigiaix.de |
| | ¹ Video-Feedback sind kurz bearbeitete Zeitlupenaufnahmen, die den Teilnehmern zum Download zur Verfügung gestellt werden. |