



Gerhard Rieger, Ried 21 1/2, 84364 Bad Birnbach

Schützengau Griesbach  
im Bayerischen Sportschützenbund e.,V.  
vertreten durch 1.GSM Gerhard Rieger

An die  
Senioren des  
Schützengaus Griesbach

Ried 21 1/2  
84364 Bad Birnbach

Tel: 08565/91080  
Mobil: 0171/8029021  
Beruf: 0170/2248061  
e-Mail: rieger.ried@t-online .de

**Datum: 02.03.2024**

Hallo

## Ausschreibung zum Auflagelehrgang Luftgewehr

Das Auflegeschießen erfährt derzeit einen Höhenflug, die Ringzahlen gehen nach oben und jeder möchte seine Leistung verbessern.

Eine Möglichkeit ist das Seminar " 300 plus X - Erfolgreich Auflegeschießen "  
Das wir euch, hir gerne anbieten möchten.

Lehrgangsort: Bogenschützen Grund Grund 2 94099 Ruhstorf

Termin: Samstag den 25.05.2024

Beginn: 9.30 Uhr

Ende: ca. 17.00 Uhr

Lehrgangleiter: Werner Batoja

Teilnehmeranzahl: Mindestens 8, maximal 11 Teilnehmer. Die Teilnehmeranzahl entspricht der  
Standanzahl, da jeder Teilnehmer einen Schießplatz benötigt.

Ablauf: Vormittags theoretischer Teil mit PowerPoint Präsentation.  
Ca. 13.00 Uhr Mittagspause, anschließend Praxisteil am Schießstand und  
Abschlussgespräch.

Seminarinhalte:

- Wege zur Leistungssteigerung
- Schussbildanalysen
- Planung
- Psychologie - Material - Technik
- Equipment
- Mentales Training
- Trainingspläne
- und einiges mehr

- Im Praxisteil werden Anschlag und Equipment überprüft.  
Die Technikelemente und der Schussablauf geübt,  
Schießspiele und Wettbewebe durchgeführt.

---

Lehrmaterial: Die Auflagebücher " 300 plus X Auflageschießen - Training und Wettkampf " und das " Begleitbuch zum Seminar" können kostenpflichtig erworben werden.

Lehrgangsgebühr: Seminargebühr 39.- € pro Teilnehmer.

Anmeldung: Bei Gerhard Rieger per Mail " rieger.ried@t-online.de

Meldeschluss: Sonntag den 28.04.2024

Gerhard Rieger

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rieger', written in a cursive style.