



Vereinsübungsleiter-Fortbildung Bogen 2026

Ballern oder Trainieren?

Allgemeine Beschreibung

Diese Fortbildung richtet sich ausschließlich an Schützinnen und Schützen mit abgeschlossener VÜL-Ausbildung Bogen und ist mit einer Lehrgangsdauer von 8 UE für die VÜL-Verlängerung geeignet. Nach einer kurzen Theorieeinheit werden wir Euch zahlreiche nützliche Einzelübungen vorstellen und diese gemeinsam ausführen.

Lehrgangsinhalte

Saison- oder Jahrestrainingsplan

- Wie wichtig ist ein systematischer Trainingsaufbau?
- Ist eine Periodisierung auch im Breitensport sinnvoll?
- Wann trainiere ich was?

Übungseinheiten

- Ist eine geplante Trainingseinheit sinnvoll?
- Wie lege ich eine Übungseinheit an?
- zahlreiche Übungen zum Aufwärmen, Technikerwerbstraining, Schießtraining, Fehlerbehebung, Krafttraining, Schießspiele
- Sinn und Unsinn des Schießbuches

Ausbildungsleiter:	Ludger Wehr, Trainer B Leistungssport im DOSB
Termin:	Samstag, 12.09.2026, 09:30 h – 16:00 h (8 UE)
Lehrgangsort:	Bogenanlage der Bogenschützen Feucht e. V., Äußere Weißenseestr. 10, 90537 Feucht
Zielgruppe:	Vereinsübungsleiter , die (Recurve-)Schützen im Einsteiger- und Nachwuchsbereich systematisch unterstützen wollen
Voraussetzung:	abgeschlossene Vereinsübungsleiterausbildung Bogen
Mitzubringen:	Schreibsachen, Bogenrüstung, Theraband, Hallenschuhe (für den Fall, dass es in Strömen regnet) , VÜL-Ausweis, Schützenausweis
Verpflegung:	Selbstverpflegung Getränke aus dem Automaten der Bogenschützen Feucht
Anmeldung:	Ludger Wehr E-Mail: ludger@bogensport-wehr.de
Anmeldeschluss:	Mittwoch, 09. September 2026 Der Lehrgang ist auf 20 Teilnehmer begrenzt
Lehrgangsgebühr:	€ 25,--, vor Ort zu bezahlen, bei Nichtteilnahme wird die Teilnehmergebühr im Nachgang dem Verein in Rechnung gestellt

***Der Lehrgang ist beim MSB angemeldet und Teil dessen Lehrgangsangebotes.
Die Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebescheinigung.***