# Kreisschützenverband Nordfriesland

**Kreisschützenverband Nordfriesland**
**Kreisausbildungsleiter**
**Dirk Heim**
**Osterender Chaussee 1**
**25870 Oldenswort**

Tel.: 04864/753
Mobil: 0175/6863718

1.Kreisausbildungsleiter@kschv-nf.de

# Ausschreibung

## Mentales Training

Alles passt, die Ausrüstung, der Bogen, das Gewehr, die Pistole, die Pfeile, die Munition. Beste Trainingseinheiten und Trainingsergebnisse, dann der Wettkampf…. Du hast nicht schlecht geschossen, aber die entscheidenden Ringe fehlen dann doch, wie in den letzten Wettkämpfen auch…. Du bleibst unter deinen Möglichkeiten. Dein Interesse geweckt? Dann ist dieser Lehrgang -Mentales Training- für dich geeignet, um deine wahren Leistungsfähigkeiten auszuschöpfen, zu entfalten. Denn bei Sportschützen mit gleichem Leistungsniveau entscheidet die individuelle mentale Stärke den Wettkampf.

**Alter:** Ab 16 Jahre **Teilnehmer:** Der Lehrgang ist auf 25 Teilnehmer begrenzt. Mindestteilnehmerzahl 18!

**Der Lehrgang kann als Fortbildung (8 LE) für Trainer-und Jugendleiterlizenzen anerkannt werden.**
**Voraussetzung ist die Mitgliedschaft in einem dem NDSB/DSB angeschlossenen Verein.**
**Bitte vorher mit dem Landesverband abklären!**

| | |
|---|---|
| **Gebühren:** | **120 Euro (incl. Material/Unterlagen )** |
| **Ort**: | Husumer Schützengilde von 1586 e.V. Heckenweg 3, 25873 Husum<br>**(Bitte Parkplatz am Gericht benutzen)** |
| **Termin:** | **31.10– 01.11. 2026** |
| **Uhrzeit:** | **Samstag 9 – 17 Uhr, Sonntag 9 – 17 Uhr Inhalte (16 LE):** |

Definition Mentaltraining, Mentaltechniken
Motivation und Aufmerksamkeit
Willenskraft, Konfliktmanagement
Balance Entspannung/Spannung
Bewegungs-, Spiel-, Sport- und Freizeitaktivitäten Teamfähigkeit

| | |
|---|---|
| **Referenten:** | **Martina Eckhardt**<br>(Mentaltrainerin, B-Trainerin Pistole, Co-Landestrainerin-Pistole im OSB, Deutsche Meisterin-LP)<br>**Kuno Eckhardt**<br>(Mentaltrainer, Co-Landestrainer-Pistole im OSB) |
| **Meldeschluss:** | **10. Oktober 2026** |
| **Auskunft:** | **Siehe oben** |

**Anmeldung:** **Anmeldeformular auf der Website des KSchV NF**

**Die Gebühr ist am Tag der Anmeldung, spätestens bis 1 Woche vor Lehrgangsbeginn auf das Konto des KSchV. NF, verbindlich zu überweisen.**
**Nord-Ostsee Sparkasse**
**IBAN: DE14 2175 0000 0000 0007 45**
**BIC: NOLADE21NOS**

Durchführungsgenehmigung erteilt am **09.06.2026** durch den NDSB-Ausbildungsleiter

**Änderungen vorbehalten!**