

# BCB Bogensport – Coaching – Bodensee



- Einheit:** 1,5 Stunden – z. B.: Schnupperkurs Anfänger
- Leistung:** Beistellen des kompletten Materials  
Bögen, Pfeile, Zielscheiben, Pfeildämpfer, Steher  
div. Kleinmaterial  
Unterricht durch staatlich geprüften Instruktor (ÖBSV)
- Kosten:** Materialbeitrag: Kinder: CHF 7,-- / Erwachsene: CHF 12,--  
Anfahrts-Pauschale bei Coaching an Ihrem Standort (je nach Entfernung)
- Gruppengröße:** 10 Personen (Berechnungsbasis)

**Anmeldung:** **Günther Höllthaler**  
Bogensport - Coach im Bio-Hotel  
Schloss Wartegg, Rorschacherberg, CH  
Privat:  
Schulstrasse 20  
9400 Rorschach, CH  
Tel.: +41 / (0)78 – 83 93 820  
[bc.bodensee@gmail.com](mailto:bc.bodensee@gmail.com)



zwischen den Schlössern Wartegg und Wartensee:  
**BCB - Trainings-Camp**  
« Schöne Aussicht »  
Chalet Mid-Castle  
9404 Rorschacherberg, CH  
Tel.: +41 / (0)78 – 83 93 820



## **Programm:**

### **Ablauf:**

- Einführung in den Bogensport
- Ermittlung des dominanten Auges (Fokus)
- Aufwärmen – „Mein Bewegungsapparat“
- Erklärung des Materials
- Haltung, Stand, Zielen, Release
- Tätigkeiten an der Zielscheibe, Pfeile ziehen
- Sicherheit am ganzen Gelände
- Kleiner Wettbewerb (Luftballons)
- Perspektiven (Club, Turnierreife,...)



**Zielgruppen:** Schulen, Seminargäste, Firmen, Private Veranstaltungen, u.v.m...

**Motto: Alle ins Gold...!**

*BC-mobile BC-mobile BC-mobile -*



*BC-mobile BC-mobile BC-mobil*

Günther Höllthaler, staatlich geprüfter Instruktor für den Bogensport (ÖBSV), [www.bc-bodensee.ch](http://www.bc-bodensee.ch)  
CH - 9400 Rorschach, Schulstrasse 20, [bc.bodensee@gmail.com](mailto:bc.bodensee@gmail.com), Tel: +41 / (0) 78 – 83 93 820