



# LuigiAix – Boule Pétanque Training

Ludger Roloff – [www.luigiaix.de](http://www.luigiaix.de)

## „Wir haben den Bogen raus“

Aufbaukurs Technik Tirer  
Technik-Feintuning für den „Schuss auf Eisen“

Termine:	Samstag, 04.02.2023 UND Samstag, 25.02.2023 jeweils 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Ort:	<b>Boulehalle Aachen-Lichtenbusch B-4731 Lichtenbusch, Raerener Str. 42</b> Die Boulehalle Aachen-Lichtenbusch bietet gute und preiswerte Verpflegung, die bitte auch dort angenommen und nicht mitgebracht werden sollte!
Teilnehmer/-innen:	<b>Die Zielsetzung des Kurses ist anspruchsvoll, wendet sich also an „Fortgeschrittene“.</b> <b>Ein schon eingeübter Bewegungsablauf und ein gleichmäßiger, leichter, lockerer Wurf auf 6m bis 10 m ist von Vorteil.</b> <b>Die Teilnehmerzahl ist auf maximal zwölf begrenzt.</b> <b>Die Mindestteilnehmerzahl ist acht.</b>
Inhalte:	<b>In diesem Kurs geht es darum, die eigene Schießtechnik mit vielfältigen technischen Übungen, aber auch mit „Kopf-Arbeit“ genauer kennenzulernen, zu analysieren und natürlich zu verbessern, eben: Fein-Tuning.</b> <b>Dazu werden beim ersten Termin auch Videoaufnahmen gemacht, die dann für jede/jeden zu individuellen „Zeitlupenstudien“ bearbeitet und beim zweiten Termin als DVD übergeben und in Einzelanalysen besprochen werden.</b> <b>Passend zu den Analysen und zielgerichtet für mögliche Verbesserungen werden dann am zweiten Tag individuelle Übungsschwerpunkte gesetzt.</b> <b>Der Kurs kann daher nur zusammenhängend mit beiden Terminen gebucht werden!</b>
Teilnahmegebühr:	<b>150,00 € (Nicht-Verbandsangehörige BPV NRW)</b> <b>135,00 € (Verbandsangehörige BPV NRW)</b> <b>(Jeweils 10 % Rabatt auf den Grundpreis (Nicht Verbandsangehörige) für „Frühbucher“ und „Wiederholungstäter“)</b> <small>(In der Teilnahmegebühr ist die Hallengebühr enthalten.)</small>
Anmeldung:	<b>Anmeldeschluss: 06.01.2023</b> <b>Bitte das entsprechende Anmeldeformular nutzen:</b> <b><a href="#">Verbandsangehörige</a> / <a href="#">Nicht-Verbandsangehörige</a></b> <b>Die Anmeldungen werden per Mail bestätigt.</b> <b>Die Rechnung über die Teilnahmegebühr wird nach dem Termin des Anmeldeschlusses per Mail verschickt und ist bitte vor Kursbeginn zu überweisen.</b>
Trainer:	<b>Ludger Roloff, B-Trainer Leistungssport Pétanque</b> <b><a href="http://www.luigiaix.de">www.luigiaix.de</a></b>