



# LuigiAix – Boule Pétanque Training

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

## „Die Zweite trifft“

(Es darf natürlich auch gerne die Erste sein.)

Intensivkurs (6 TN) Technik Tirer

<b>Termin:</b>	<b>Samstag, 02.03.2024</b> <b>10:00 Uhr bis 17:00 Uhr</b>
<b>Ort:</b>	<b>Boulehalle Aachen-Lichtenbusch</b> <b>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!
<b>Teilnehmer/-innen:</b>	<b>Der Kurs wendet sich an Spielerinnen und Spieler, die intensiv an ihrer Schusstechnik arbeiten wollen.</b> <b>Ein schon gefestigter Bewegungsablauf wäre gut, ist aber keine strenge Bedingung.</b> <b>Mit dem Kurstitel sind zwei Bedeutungen verbunden: 1. die notwendige Korrektur, um nach einem Fehlschuss zu treffen; 2. das Erreichen einer Trefferquote von 50 Prozent (und auch hier gerne mehr).</b> <b>Die Teilnehmerzahl ist auf sechs festgelegt.</b>
<b>Inhalte:</b>	<b>Der Kurs beginnt mit Bestandsaufnahme und Fehleranalyse. Dazu wird auch Video-Feedback eingesetzt.</b> <b>Es folgt die individuelle Bearbeitung und Erweiterung des Bewegungsablaufs hin zu einer Ausführungsroutine. Dazu werden insbesondere Elemente des mentalen Trainings genutzt.</b> <b>In einer weiteren Trainingssequenz werden Übungen aus der Neuroathletik genutzt, um Hirnareale gezielt anzusprechen, so dass eine verbesserte Bewegungsausführung unterstützt wird.</b> <b>Zum Abschluss wird ein Leistungstest durchgeführt und der Transfer in das persönliche Training zu Hause besprochen.</b>
<b>Teilnahmegebühr:</b>	<b>90,00 € (Nicht-Verbandsangehörige BPV NRW)</b> <b>81,00 € (Verbandsangehörige BPV NRW)</b> <b>(Jeweils 10 % Rabatt auf den Grundpreis (Nicht Verbandsangehörige) für „Frühbucher“ und „Wiederholungstäter“)</b> (In der Teilnahmegebühr ist die Hallengebühr enthalten.)
<b>Anmeldung:</b>	<b>Anmeldeschluss: 02.02.2024</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>
<b>Trainer:</b>	<b>Ludger Roloff, B-Trainer Leistungssport Pétanque</b> <b><a href="http://www.luigiaix.de">www.luigiaix.de</a></b>