

## Vereinskurse

Sämtliche Vereinskurse für Ligamannschaften können einzeln oder miteinander kombiniert gebucht werden.

Der Termin erfolgt nach Absprache.

Ich freue mich auf eure [Anfrage!](#)

### Vereinskurs Technik Legen

**Zielgruppe:** Vereine und Ligamannschaften, die die Grundtechnik des Legens erlernen möchten

**Inhalte:** Aufwärmphase - Grundlagen der Legetechnik - Körperhaltung - Bewegungsablauf - Videoanalyse – spielerische Umsetzung des Erlernten

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

### Vereinskurs Wurfarten Legen

**Zielgruppe:** Vereine und Ligamannschaften, die die hohen Legewürfe und das Legen mit Seitendrall (Links - und Rechtseffet) erlernen möchten

**Inhalte:** Aufwärmphase – Wurfarten Portée und Plombée (Hochportée) – Legen mit Seiteneffet - Körperhaltung - Bewegungsablauf - Videoanalyse – spielerische Umsetzung des Erlernten

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

### Vereinskurs Technik Schießen

**Zielgruppe:** Vereine und Ligamannschaften, die die Grundtechnik des Schießens erlernen möchten oder ihre vorhandene Schusstechnik analysieren und präzisieren möchten

**Inhalte:** Aufwärmphase - Grundlagen der Schusstechnik - Verbesserung der Schusstechnik - Körperhaltung - Bewegungsablauf - Videoanalyse

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

## **Vereinskurs Trainingsmethodik Legen und Schießen**

**Zielgruppe:** Vereine und Ligamannschaften, die modernste Trainingsmethoden und sinnvolle Lege – und Schießübungen kennenlernen und sich somit verbessern möchten

**Inhalte:** Aufwärmphase – Trainingsmethodik – Ermittlung des aktuellen Leistungsstands – Bestimmung der Zielsetzung – Vorstellung und Ausführung zielführender Lege – und Schießübungen

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

## **Vereinskurs Teamentwicklung I - vor und nach dem Ligaspieltag**

**Zielgruppe:** Ligamannschaften, die Teamentwicklungsmethoden kennenlernen, anwenden und somit den Teambildungsprozess fördern möchten

**Inhalte:** Neben den tollen Erlebnissen, die man als Spieler in einer Boulemannschaft hat, treten phasenweise in jedem Team Spannungen und Streitigkeiten auf - dieser Kurs befasst sich deshalb mit den gruppendynamischen Prozessen, die vor und nach dem Ligaspieltag stattfinden – im Anschluss an die Analyse der aktuellen Teamsituation werden den Ligaspielern Strategien aufgezeigt, die beispielsweise die Organisation erleichtern, die Konfliktlösung verbessern oder die Leistungssteigerung innerhalb der Mannschaft fördern – die jeweiligen Maßnahmen sollen die Entwicklung einer gut kooperierenden Ligamannschaft unterstützen, die Spaß zusammen hat

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

## **Vereinskurs Teamentwicklung II - während des Ligaspieltages**

**Zielgruppe:** Ligamannschaften, die Teamentwicklungsmethoden kennenlernen, anwenden und somit den Teambildungsprozess fördern möchten

**Inhalte:** Wie ruft eine Boulemannschaft an ihren Ligaspieltagen möglichst viel ihrer Leistungsfähigkeit ab? Wie sieht eine gute Organisation innerhalb des Teams aus? Wie verbessert die Mannschaft den Umgang mit möglicherweise auftretenden inneren (Mitspieler) und äußeren (Gegenspieler) Störfaktoren?

Auf diese und weitere Fragen gibt dieser Kurs hilfreiche Antworten. Ziel ist das Erreichen einer erhöhten Teamstabilität.

**Kursdauer:** 6 h

**Kurszeit:** 9:30 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

**Kursteilnehmer:** 6 - 8 Personen

**Kursgebühr:** 89 € /Person (inkl. MwSt.)

**Kursort:** Freiburg /Am Seepark, Boulehalle Freiburg /Denzlingen oder euer Vereinsgelände

**Schüler und Studenten erhalten auf alle Kurse 10 %, Jugendliche bis 15 Jahre 50 % Rabatt.**