

Anschrift

BSC BB-Berlin e.V.
Rennbahnstrasse 45
13086 Berlin-Weißensee

Die Veranstaltung findet in der Turnhalle der Sportanlage Rennbahnstrasse 45 statt. Die Teilnahme und die Verpflegung sind kostenfrei.

Anmeldung unter:

✉ info@bogensport-inklusive.de

Lageplan online unter:

<https://goo.gl/maps/mCNtPPkGu712>



Senatsverwaltung
für Inneres und Sport

be  **Berlin**

 **DER PARITÄTISCHE**
UNSER SPITZENVERBAND

Aktion
MENSCH

Spanne den Bogen –

zwischen allen Menschen!



Workshop

inklusives Bogenschießen

Am 3. Februar 2019



Egal, ob sie Laie oder Experte sind, wir laden Sie herzlich zum Bogensport für Alle ein.

Gewinnen sie Einblicke und Erfahrungen, wie man Blind oder aus dem Rollstuhl sein Ziel trifft und was Mentales Training leisten kann.

Zum Ablauf des Tages

11:00 – 11:30 Einlass

11:30 – 12:00 Uhr Vorstellung der Stationen, der Ansprechpartner und der Trainer

12:00-13:30 Uhr Workshop

14:00-14:30 Uhr Trainer fragen Trainer

Stationen

- Mentales Training (M. Haarhoff)
- Bogenschießen im Rollstuhl / sitzend (A. Triller)
- Bogenschießen für Blinde und Sehbehinderte (C. Otto)

Alexander Triller, ist seit 8 Jahren Bogensporttrainer. In den letzten 3 Jahren hat er sich im Bereich des inklusiven Bogensports spezialisiert.

Schwerpunkte seiner Tätigkeit sind

- Paraspporttrainer
- Entwicklung individueller Trainingsmethoden für Bogenschützen mit Behinderungen



Marco Haarhoff, seit 8 Jahren Coach und Trainer mit Spezialisierung auf Mentales Training.

Schwerpunkte seiner Tätigkeit sind

- Mentale Wettkampfvorbereitung
- Leistungssteigerung
- Biofeedback-Training
- Motivation und Umfeld Management