

# Seminar for skytter og trænere

Arcus inviterer, med støtte fra breddeudvalget, til et seminar om mentaltræning og træningsprincippet Basic Skills. Den tidligere landstræner og mangeårige formand for Aalborg Bueskyttelaug, Henrik Toft starter dagen med at fortælle om mentaltræning og herefter vil han fortælle om koreanernes succesfulde træningsprincip, Basic Skills.



Seminaret er på flere måder en fortsættelse af seminaret i efteråret og der er lærdom og inspiration at hente for både tidligere og nye deltagere. Bl.a. vil vi gentage successen med at alle interesserede skytter kan skyde en af gangen og blive trænet af Henrik medens alle andre kigger på og får et indblik i hvad Henrik vil træne skytten i og hvordan han overfører det til skytten.

Seminaret henvender sig til såvel nybegyndere som erfarne eliteskytter, samt til trænere på alle niveauer.

Stedet er Arcus's nye træningslokaler på Bellingskolen (Sædekildegårdvej 4, 5250 Odense SV).

**Lørdag den 28. januar kl. 10.00 til 17.00**

- Pris 150 kr pr deltager som også indbefatter frokost.
- Sidste tilmelding lørdag den 21. januar til Skt Sebastian Cup.
- På grund af begrænset plads i vores nye lokaler er der begrænset deltagerantal. Så.. Først til mølle...
- Ved tilmelding bedes angives om man ønsker at skyde eller ej.
- Klubvis tilmelding til [info@dennisbager.dk](mailto:info@dennisbager.dk) eller til Dennis Bager på tlf. 50 16 50 25

Tilmelding er først gældende når deltager gebyret er indbetalt på konto nr. 0400-1091062707

