

Bogensport Camp am Bostalsee

Dozentin Sandra Sachse

Trainer A (zweifache olympische Medaillengewinnerin)

Anfang August 2026

Genauer Termin erst in November 2025

- **Thema:** „Bogenschießen – Optimierung der Technik, Taktik für Wettkämpfe
- **Zielgruppe:** Für diejenigen die im Bogensport weiterkommen möchten

Ablauf des Unterrichts

- **Einführung:** Begrüßung, Vorstellung des Trainers und Überblick über den Ablauf
- **Theoretischer Teil:** Technik, Ausrüstung, Ernährung vor und nach dem Wettkampf
- **Praktischer Teil:** Übungen an der Schießanlage, individuelle Korrekturen
- **Feedback und Abschluss:** Zusammenfassung der gelernten Inhalte und offene Fragerunde

Kurskosten: Euro

Übernachtung: Victors **Bogensporthotel**

- **3 ÜN mit reichhaltigem Frühstück, Abendessen: Büffett**
- **Hoteleigenen Bogensportanlage**

**3Tage: im Einzelzimmer der Kategorie Classic
im DZ der Kategorie Classic**

**Organisation, Info: Dietmar Böhm, Trainer C-Leistungssport Bogen, info@boehm-beratung.eu
Daniel Schmidt, Trainer C-Leistungssport Bogen, Tel. 015127007393
daniel.schmidt54@t-online.de**

1 Tag

17:00 Uhr Begrüßung, Vorstellung der Trainer, ua.

19:00 Uhr – Abendessen

2 Tag: 7:30 – Chi Gong

- 08:00 Uhr – Frühstück
- 09:00 Uhr – Coaching
- 13:00 Uhr – Kaffee, Tee und Kuchen
- 16:00 Uhr – Coaching
- Zwischendurch – Freies Training

3 Tag: 7:30 – Chi Gong

- 08:00 Uhr – Frühstück
- Freies Training
- 13:00 Uhr – Kaffee, Tee und Kuchen
- 16:00 Uhr – Coaching
- 19:00 Uhr – Abendessen
-

4 Tag: 7:30 – Chi Gong

- 08:00 Uhr – Frühstück
- 10:00 Uhr – Wettkampf