

## 24F-3360A Bogenschießen - Grundkurs

Beginn	Montag, 15.04.2024, 18:30 - 20:45 Uhr
Kursgebühr	49,00 €
Dauer	5 Abende
Kursleitung	Rüdiger Frey
Kursort	Wassenberg, Am Schwanderberg, 41849 Wassenberg

Das Bogenschießen ist der sportliche Weg zu sich selbst zu finden und ist geeignet für jung und alt, sowie für Menschen mit körperlichen Einschränkungen. Beim Bogenschießen finden wir die Ruhe und Gelassenheit, die wir brauchen, um den Stress und die Hektik des Alltags bewältigen zu können. Die bewusste An- und Entspannung, die beim Spannen des Bogens und dem Lösen der Sehne ausgeübt wird, lässt neue Kraft schöpfen, bringt Körper und Geist in Harmonie und kräftigt Rücken- und Schultermuskulatur. Sämtliches Equipment wird gestellt. Bögen, Pfeile, Schutzausrüstung etc. Empfohlen werden hallengeeignete Sportschuhe und enganliegende Oberbekleidung. Lange Haare sollten zusammengebunden werden, damit sich die Bogensehne nirgendwo verfangen kann.

Dieser Einsteiger Bogenkurs in Wassenberg-Myhl eignet sich für Anfänger/innen ab einem Alter von 12 Jahren. Die Ausbildung erfolgt mit dem olympischen Recurvebogen durch einen Trainer mit Lizenz des DOSB. Die TeilnehmerInnen schießen auf eigene Gefahr, ohne Anspruch auf Schadensersatz.

Es wird kein Kleingruppentarif aufgeschlagen. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Mietkosten für das Equipment von 32,50 € an, sie sind bar am ersten Kurstag beim Dozenten zu entrichten.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
29.04.2024	18:30 - 20:45 Uhr	Sportplatz Am Schwanderberg Wassenberg-Myhl
06.05.2024	18:30 - 20:45 Uhr	Sportplatz Am Schwanderberg Wassenberg-Myhl
13.05.2024	18:30 - 20:45 Uhr	Sportplatz Am Schwanderberg Wassenberg-Myhl
27.05.2024	18:30 - 20:45 Uhr	Sportplatz Am Schwanderberg Wassenberg-Myhl
03.06.2024	18:30 - 20:45 Uhr	Sportplatz Am Schwanderberg Wassenberg-Myhl

[zur Kursdetail-Seite](#)