



Curlingkurse

Herbst 2010

Team- oder Einzelspieler Trainingswochenende

21./22. August 2010

Trainingsgestaltung im Team und als Einzelspieler

- Wichtige Momente bei der Steinabgabe
- Trainingsübungen für die Länge im Team und Einzeln
- Trainingsübungen für die Richtung
- Trainingsübungen für die Präzision
- Kommunikation im Curling
- Taktik in Theorie und Praxis
- Ist eine gute Fitness wichtig?
- Psychologische Einflüsse im Curling

Kurskosten: Fr. 260.00

Anmeldeschluss: 06. August 2010

Skip- und Taktikkurs 1

04./05. September 2010

Für Teams und Einzelspieler

- Taktik ⇒ Theorie und Videobeispiele
- Grundtaktik ⇒ Spielaufbau
- Taktik A, B, C
- Defensives und offensives Spiel
- Kommunikation im Team ⇒ Wie wichtig ist eine gute Kommunikation?
- Jeder im Team kennt seine Aufgabe
- Taktik im Spiel
- Taktik ⇒ Beispiele auf dem Eis
- Mögliche und unmögliche Steine

Kurskosten: Fr. 260.00

Anmeldeschluss: 20. August 2010

Skip- und Taktikkurs 2

18./19. September 2010

Für Einzelspieler und Teams

Taktik Theorie

- Wettkampftaktik
Illustriert mit Videobeispielen

Taktik auf dem Eis

- Taktische Spielzüge
- Taktiksituationen
- Spielentscheidende Steine
- Grund- und Wettkampftaktik im Spiel
- Welche Vorteile hat ein guter Taktiker?

Kurskosten: Fr. 260.00

Anmeldeschluss: 03. September 2010

Kursleiter:

Unsere Kursleiter würden Sie gerne in Adelboden begrüssen:

Heinz Schmid, 20 Jahre Erfahrung als Nationaltrainer

Organisation:

- max. 24 TeilnehmerInnen pro Kurs
- die Berücksichtigung erfolgt nach dem Eingang der Anmeldungen
- Anmeldeschluss jeweils 14 Tage vor Kursbeginn
- Anmeldungen mit beiliegender Anmeldekarte an den CC Adelboden oder per Mail
www.info@ccadelboden.ch

Auskunft und Anmeldung: Eissportzentrum Adelboden

www.eissport-adelboden.ch – Tel. 033 673 18 73 – Fax 033 673 17 61

Curling Club Adelboden – Postfach 154 – 3715 Adelboden

Parkplätze ⇒ Bitte beachten Sie die Beschilderung ins *Parkhaus* und/oder zum *Märitplatz* (*vis-à-vis Zubringer Sillerenbahn*). Bei der Curlinghalle stehen keine Parkplätze zur Verfügung.