

# Ausbildungstag für Junioren

Die Ausbildungskommission des EHV bietet 24 Junioren der Jahrgänge 2001 bis 2004 die Möglichkeit an einem Trainingstag teilzunehmen.

**Samstag, 9. Oktober 2021 um 9:00 Uhr in Wichtrach**

Du erhältst an diesem Tag die Chance:

- Neues über Mentale Stärke im Hornussen zu erlernen.
- Ernährungsgrundsätze im Wettkampf und Training zu verinnerlichen.
- Die Möglichkeit eine Trainingseinheit in der Halle zu absolvieren.

Verschiedene Fachleute mit Hornussererfahrung geben einen kurzen Einblick in ihre Tätigkeiten und viele praktische Tipps im sportlichen Wettkampf.

Geplant ist ein kurzes Treffen in der Turnhalle, um dort ein Einlaufen und eine mentale Trainingseinheit zu absolvieren

Danach wird auf den Hornusserplatz verschoben, wo wir auch mit Hilfe der dort installierten Asport Videoanlage zum praktischen Teil übergehen. Aufzeichnen und auswerten der bewegten Bilder.

Nach dem Essen wird noch ein Block «Essen vor und während dem Wettkampf» eingeschoben, bevor wir den Tag mit einem Wettkampf und einer Kursbesprechung beenden.

Es werden von jedem Zweckverband Spieler berücksichtigt!

**Anmeldungen ab dem 2. August 2021 via WhatsApp (Name, Vorname, Gesellschaft und Schlagseite) an die Geschäftsstelle (079 206 03 76).**

Es gilt: «Dä Schnäller isch dä Gschwinder.»

Essen und Getränke gehen zu Lasten der Teilnehmer. Diese Kosten werden vor dem Anlass eingezogen und verfallen bei Nichterscheinen.

Mehr Details erhalten die Teilnehmer schriftlich drei Wochen vor dem Anlass.

Auf eine rege Beteiligung freut sich die Ausbildungskommission des EHV.