



Seminar om det mentale



Med støtte fra breddeudvalget inviterer Arcus til et seminar med Jes Lysgaard om det mentale i bueskydning.

Jes Lysgaard er dansk EM-deltager i 3D med en bronzemedalje i 2012 som bedste resultat, se Bueskydning oktober 2012.

2012 var også året hvor Jes Lysgaard udgav sin bog:
Skydning med langbue. Mentaltræning og refleksioner over livet.



Jes Lysgaard vil føre os fra "vinterens" mentaltræning til anvendelsen af samme på skydelinjen ved "sommerens" stævner og konkurrencer.

Seminarret henvender sig til alle med interesse i at sende pile bedst muligt af sted fra en skydelinje.

Stedet er Arcus' lokaler:
Bellinge Idrætscenter, Sædekildegårdvej 4, 5250 Odense SV.

Lørdag den 23. november kl. 10.00 til 16.00

- Pris 150,- kr. pr deltager som også indbefatter kaffe/te samt frokost.
- Sidste tilmelding fredag den 08. november.
- På grund af begrænset plads gælder princippet om: Først til mølle...
- Ved tilmelding angives om man ønsker at være medie på skydelinjen
- Klubvis tilmelding til seminar@arcus.dk
- Deltagergebyret bedes indsat på konto 6850-0000-326-159