

ÖSTERREICHISCHER SPORTKEGEL- und BOWLINGVERBAND

Ausrichter: Landesverband Niederösterreich
Landesverband Steiermark
Landesverband Wien



AUSSCHREIBUNG

zum Jugendlehrgang U-15, U-19, U-23 im BLZ Ritzing

vom Sonntag, 26.07.2026 bis Samstag, 01.08.2026

Am Lehrgang können insgesamt 16 Spieler/Innen teilnehmen.

Betreut werden diese von:

Organisator LV NÖ: Pracser Gerhard, 0664/73 75 1447 pracser@aon.at

Koordinatorin LV NÖ: Pracser Christine, 0664/735 06 756,

christine.pracser@aon.at

Trainer: LV NÖ Buchinger Gernot Trainer, Wien Instruktor Suppan Cornelia,
STM Instruktor Postl Raimund

Treffpunkt: Sonntag den 26.07.2026 spätestens 17:00 Uhr

in der Pension Gasthaus Trummer, Bahnstr. 9, 7312 Horitschon

Anreise: direkt bzw. in Absprache mit dem jeweiligem LV mit Bussen, wenn vorhanden.

Trainingsablauf: täglich werden 2 Trainingseinheiten absolviert (Anreisetag Sonntag und Abreisetag Samstag je 1 Trainingseinheit), vormittags sportartspezifisch und nachmittags überfachlich.

Auf dem Programm stehen sowohl Übungen im Technik- als auch im Taktikbereich (Volle, Abräumen, Stellungen, Videoanalyse).

Bei den überfachlichen Trainingseinheiten werden Kräftigungsübungen, gelaufen und mit Draisinen gefahren sowie geschwommen, um speziell die Grundlagenausdauer und sportartübergreifende Technik zu trainieren.

Trainingsschwerpunkte in Kraft, Kraftausdauer und Schnelligkeit wird im Klettergarten und auf dem Sportplatz umgesetzt.

Mitzubringen sind:

Bekleidung für fachlich- und überfachliches Training, Trainingsanzug, Regenschutz,

ACHTUNG: ausreichend Bekleidung mitnehmen, **da 2 x am Tag trainiert wird; nach Tunlichkeit sollte bereits vor dem Lehrgang mit dem Kegeltraining begonnen werden, um Verletzungen vorzubeugen.**

Badebekleidung, Badetuch, Badeschlappen, **Sonnencreme.**

Kegelschuhe, Sportschuhe für den Außenbereich, Handtuch, **Trinkflasche**

Heimreise: **Samstag, 01.08.2026 um 13:00 Uhr** nach dem gemeinsamen Mittagessen **im Bundesleistungszentrum Ritzing**

Die Trainer regen an U-15 und U-19 Teilnehmer zu entsenden.

FIXE MELDEFRIST: bis Sonntag 28. JUNI 2026

danach werden die Trainer entscheiden, wer tatsächlich eingeladen wird, bzw. ob aufgestockt wird.

Lehrgangskosten: jede/r Teilnehmer/In (LV) hat einen Unkostenbeitrag in der **Höhe von ca. € 572,90 VOR dem Lehrgang zu bezahlen**, nach Abschluss erfolgt Endabrechnung. Es ist mit den LV's abzuklären, ob die Unkosten voll, teilweise oder gar nicht zu übernehmen sind.

Wien, 14.04.2026

Koordinatorin

Christine Pracser



Ergeht an:

Präsidenten der LV's

Sportobmänner der LV's

Jugendbetreuer der LV's