

Disziplin: \_\_\_\_\_

Training am: \_\_\_\_\_

Trainingsschwerpunkt: \_\_\_\_\_

Vorbereitung auf: \_\_\_\_\_

gestecktes Ziel: \_\_\_\_\_

findet statt am: \_\_\_\_\_

Abkommen		Treffer		Punkte	Halteraum				Abziehen		Innere Einst.			Äußerer Anschlag			
Lage	Wert	Lage	Wert		Voll-korn / Fein-korn	re./li. verkl.	Vis. zu hoch / tief	Vis. li./re	Blick Scheibe	Druckve Vorzug	rlauf	Kon-zentration	Emotion	Motivation	linke Schulter	Kopf-haltung	Fuß-stellung
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	