

Trainerstammtisch 03
 des Billardclub Saustall

am **03. Oktober 2008** um 19:30 Uhr
 im Clublokal
 Ende der Sitzung: 21:00 Uhr

- Teilnehmer:
- Paul Bachler
 - Tom Wurzenrainer
 -
- Georg Bachler
 - Hansi Gründler
 -
- Verteiler: • alle Trainer des BCS
- Nächster Termin: • 07.11.2008
- alle Vorstandsmitglieder des BCS

Neue Punkte:

Besprechungspunkt	zuständig	Termin
2008.03.01. Ergonomische Stellung:		
Hansi weist darauf hin, dass wir wirklich darauf achten sollten, dass der Rücken durchgestreckt ist, damit keine Dauerschäden entstehen.	alle	
2008.03.02 Einleitender Teil kürzen		
Wir sind im laufe der letzten Trainings drauf gekommen, das der einleitende Teil zu lange ist. Dieser wurde jetzt um zwei Dehnungsübungen und um eine Stossübung gekürzt.		
2008.03.03 Fehlstellung Teresa		
Tom berichtet, dass Teresa beim Durchstoss große Probleme dadurch hat, dass sie den Ellbogen beim Stoss nach Aussen zieht. Dies wurde von Tom gleich mit Teresa korrigiert		
2008.03.04 Neue Trainingsmethode		
Tom hat beim heutigen A-Kader Training ein Klebeband auf die Ziellinie am Boden geklebt, und die Schüler darauf hingewiesen, dass der hintere Fuß exakt auf dem Klebeband steht.		
2008.03.05 Trainingspflicht		
Tom hat beim B&C Kadertraining darauf hingewiesen, dass das Training Pflicht ist.		
2008.02.06 Betreuung bei Jugendveranstaltungen		
Georg seiner Meinung nach sollte bei den Veranstaltungen für die Kids eine Ansprechperson da sein. Wir sind nach intensiver Diskussion darauf gekommen, das unsere Kids selbständig „erzogen“ werden sollten. Ideal ist es natürlich, dass die Trainer sich bei den Jugendveranstaltungen Hintergrundinfos für das weitere Training hohlen. Wichtig ist schon, dass der Bardienst ein Ahnung hat vom Billard, und vom Jugendwart genau informiert wird, was für eine Veranstaltung statt findet, und dieser auch genau über den Ablauf Bescheid weiß und für Fragen den Kids zur Verfügung steht. Die Kids sollten darüber informiert sein.	Mani	

2008.03.06 Sondertraining für Teresa und Birgit bis zur ÖM		
Die nächsten drei Wochenenden haben wir noch Zeit die Damen zu trainieren. Diesen Sonntag übernimmt Paul das Sondertraining von 09 00 bis 11 00. Kommendes Wochenende machen wir Pause wegen Pillerseer Doppelturnier, High Run, und ÖM Verabschiedung. Das letzte Wochenende vor der ÖM wird noch geplant!	Georg/alle	
2008.03.07 Mentales Training		
Tom und Georg berichten, dass wir in Zukunft Mentale Einheiten bei jedem Training einbauen wollen. Dies sieht wie folgt aus: vor der Dehneinheit machen wir eine Atemtechnikübung, nach der Dehneinheit wird eine Aktivierungsübung mittels Kurzfilmen durchgeführt unter folgenden Motos: Denk an den Tiger und beiss die Zähne zusammen! Denk an den Stier und spann kurz die Muskeln an! Denk an die Rakete und denk an einen explosiven Break! Denk an ??? mal schnell Ein- und Ausatmen!	Georg	
2008.03.08 Bewertungsblätter		
Tom stellt von ihm entwickelte Datenblätter für Turnierbewertung vor. Diese werden von der Runde als sehr gut befunden. Diese sollten vom A-Kader unbedingt ausgefüllt werden, und beim nächsten A-Kadertraining beim Trainer abgegeben werden. Diese werden dann in einem eigenen Ordner abgeheftet und eingescannt. Die Vorlagen sollten noch mit dem Saustall-Logo versehen werden.	Tom/Alle	Ab sofort
2008.03.09 Mental Games		
Paul weist darauf hin, dass wir auf unserem Clubcomputer das Mental-Programm „Mental Games“ aufgesetzt haben. Der A-Kader hat die Berechtigung mit diesem Programm zu arbeiten. Dies wäre auch absolut wünschenswert, dass dies auch genutzt wird.	Alle	Ab sofort
2008.03.10 Das Spiel mit der Oma		
Georg ist bei der Jugendliga aufgefallen, dass die B&C Kader teilweise falsche Technik beim Spiel mit der Oma haben. Georg hat dies gleich beim nächsten Training eingefügt. Wir sollten alle Dies einwenig beobachten.	Alle	Ab sofort
2008.03.11 Kreiden		
Georg ist bei der Jugendliga aufgefallen, dass die B&C Kader teilweise nicht immer kridet. Wir sollten alle Dies forcieren.	Alle	Ab sofort
2008.03.12 Beginnzeit Stammtisch		
Den Trainerstammtisch werden wir in Zukunft erst ab 19 30 starten, da das A-Kader Training ja bis 19 00 läuft.	Alle	Ab sofort

fdlv: Georg Bachler