

**Individualtraining  
Dein Spiel – Deine Zeit**

90 Minuten für 1-2 Personen à  
CHF 100.-

**Wir empfehlen als Einstieg ein Schnuppertraining**

**Gruppentraining  
Gemeinsam besser werden**

90 Minuten für 3-8 Personen à  
CHF 150.-

### **Kontakte**

Markus Reifler, markus.reifler@sgatpetanque.ch, 077 423 33 45  
Robin Marke, robin.marke@sgatpetanque.ch, 079 629 72 90



[www.sgatpetanque.ch/training/individual](http://www.sgatpetanque.ch/training/individual)



Lektionen im Freien oder im Boulodrome. Auf Wunsch reisen wir gegen Übernahme der Fahrtkosten zu deinem Lieblingsplatz.

**PÉTANQUE IST MEHR ALS EIN SPIEL.  
ES IST EIN LEBENSGEFÜHL.**

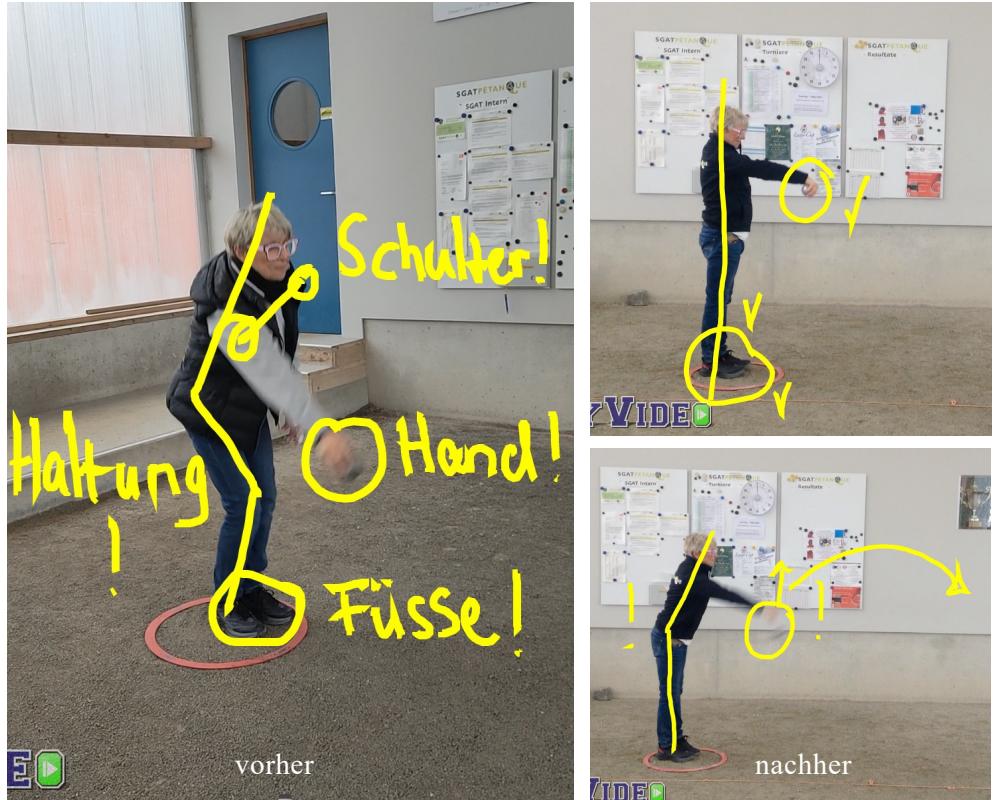
**Pétanque-Training mit Esprit & Präzision  
Individuell – Intensiv – Inspirierend**



Markus Reifler und Robin Marke  
haben die Trainer-Ausbildung am Centre International  
d'Enseignement Pétanque (CIEP) absolviert und sind  
leidenschaftliche Turnier- und Interclubspieler.

Wer einfach wirft, wirft konstant – und spielt mit Genuss und Erfolg.

Markus und Robin vermitteln die CIEP-Philosophie: stabile Haltung, klarer Wurf, mehr Präzision und Spielfreude.



Individuelle Videoanalysen und zum Abschluss des Trainings ein individuell kommentiertes Video mit Trainingsempfehlungen.

Egal ob Einsteiger oder ambitioniert – unser Pétanque-Training bringt dein Spiel aufs nächste Level.



Individuelle Ateliers für Freude und maximalen Lernerfolg

Techniktraining	Taktiktraining
Grundtechnik	Matchplan & Spielstrategie
Optimale Körperhaltung (Zehen bis Fingerspitzen)	Taktische Optionen
Einfacher Bewegungsablauf	Verhalten auf dem Platz im Team
Legen (Roulée, Demi-Portée, Portée)	Wann schießen, wann legen?
Schießen (Legeschuss, Flachschuss, Eisenschuss)	Eigene Optionen nutzen und dem Gegner Chancen nehmen