

Schnupperstunde

Schützin/Schütze: _____

Datum: _____

Bogentyp: Recurve / Langbogen

Bogehand: rechts / links

Dominantes Auge: rechts / links

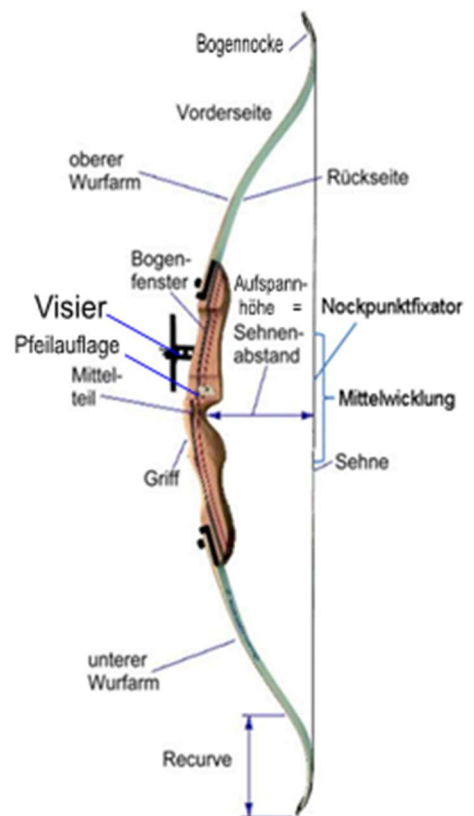
Übungsleiter: Helmut Gröbner

Kurzer Einblick in die Geschichte des Bogensports

- Aufgrund von Ausgrabungen weiß man, dass Pfeil und Bogen erstmals vor 14.000 Jahren bei der Jagd benutzt wurden, nimmt aber an, dass er bereits vor 50 000 Jahren (Fund von Steinspitzen) entwickelt worden ist.
- Vor etwa 4000 Jahren erfolgte der Einsatz als Kriegswaffe.
- Zeitgleich entwickelten sich die ersten Wettkämpfe.
- Seit 1972 ist der Bogensport fester Bestandteil der Olympiade.

Ausrüstung

Zu der hier gezeigten Ausrüstung sollte jedenfalls von Anbeginn an auch eine Spannschnur, ein Sehnenchecker sowie ein passendes Fitnessband (aufwärmen, Simulation Standardschussablauf) gehören!



Der Standardschussablauf



Stand

Blick zum Ziel

Obere Vorbereitung

Ankern

Nachhalten

Sicherheitsregeln

Es gilt der Grundsatz: „**Bogenschießen ist gefährlich!!!**“

Daher gehört dieser Sport besonders geschult und es sind unbedingt Sicherheitsregeln einzuhalten. Die wichtigsten sind hier zusammengefasst:

- Die Spitze des Pfeiles zeigt **nie** auf Menschen oder Tiere, **sondern Richtung Boden oder Ziel**.
- Der Bogen wird nur an der Schusslinie gespannt.
- Der Pfeil wird erst eingelegt, wenn alle Schützen auf oder hinter der Schusslinie stehen.
- Der Pfeil zeigt beim Einlegen immer Richtung Ziel wobei der Bogen stets aufrecht gehalten wird.
- Der Auszug darf nicht über der Schulterlinie erfolgen. **Keine Weitschüsse durchführen!**
- Schützen beim Aufziehen des Bogens, dürfen nicht abgelenkt, gestört oder gar erschreckt werden.
- Tragen von bequemer, aber eng anliegender Kleidung – lange Haare zusammenbinden, Zugschnüre von Jacken abdecken, Halsketten, Ohringe, Piercings, Armbanduhren und Armschmuck auf der Zugseite ablegen.
- **Vor allem vor dem Schießen unbedingt** Material kontrollieren: Pfeilschaft, Pfeilnocke, Sehne (auf Beschädigungen prüfen und ob sicher an beiden Enden in Bogennocke liegt) etc...
- **Keine Trockenschüsse** (Schuss ohne Pfeil) **durchführen! Bogenbruch möglich.**
- **Die Pfeile immer gemeinsam (mit Signal) holen. Sich immer seitlich der Scheibe nähern.**
- Nicht vor der Scheibe bücken solange noch Pfeile stecken.
- Beim Ziehen der Pfeile unbedingt darauf achten, dass niemand dahinter steht.

ES GILT: Nie die Ausrüstung eines anderen ohne dessen Erlaubnis berühren!!!!!!!

Weitere Informationen zum Thema Bogenschießen

Österreichischer Bogensportverband: <http://www.oebsv.com>

Du willst weiter machen im Bogensport? Wir helfen dir gerne und wünschen „Alle ins Gold/Kill“