

Leitfaden

zur Gründung einer Bogensport-Abteilung



Bayerischer Sportschützenbund e.V.
Ingolstädter Landstraße 110
85748 Garching
<https://bssb.de>

Autor: Stefan Schäffer
© September 2021

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Allgemeines	4
Rechtliche Vorgaben.....	5
Verbandsstruktur und Ansprechpartner	6
Disziplinen und Wettbewerbe.....	7
Platz- und Raumbedarf.....	9
Sicherheit und gesetzliche Regelungen	9
Benötigter Platzbedarf.....	11
Material und Ausrüstung.....	14
Ausstattung für Bogenplatz und Bogenhalle	14
Scheiben	14
Scheibenständer.....	15
Pfeilfangnetz	16
Back-Stop.....	16
Scheibenauflagen	16
Ausstattung für den Sportler	17
Bogen	17
Recurve.....	17
Compound	20
Blankbogen.....	21
Pfeile.....	21
Fingerschutz	22
Armschutz	23
Streifschutz.....	23
Fingerschlinge, Fangschlaufe	24
Theraband	24
Kleidung.....	24
Die ersten Schritte	25
Vorüberlegungen	26
Personalbedarf.....	27
Platzbedarf.....	28
Materialbedarf	28
Begriffe und Definitionen	30
Literatur- und Quellenverzeichnis	40

Allgemeines

Das Bogenschießen erfreut sich in den letzten Jahren wachsender Beliebtheit, vielerorts entstehen neue Bogensportvereine oder –abteilungen. Es ist auf jeden Fall sinnvoll, sich vor einer evtl. Gründung umfassend Gedanken über das WAS, das WIE und das WER zu machen und nicht blindlings drauflos zu stolpern. Nur dann wird der Start gelingen und dauerhaft für Zufriedenheit bei allen Beteiligten sorgen. Dieser Leitfaden soll Hilfestellung und Ratgeber bei den ersten Schritten hin zu einer neuen Bogensportabteilung sein und auch Möglichkeiten der Organisation im täglichen Betrieb aufzeigen.

Doch zuerst noch ein paar geschichtliche Hintergründe:

Der Bogen wurde vermutlich vor ca. 50.000 Jahren erfunden und war in praktisch allen Kulturen und Epochen bis ins Mittelalter (ca. 16. Jahrhundert) in erster Linie Jagd- und Kriegswaffe. In diesem Zusammenhang wurde er jedoch in der Folge praktisch vollständig durch Schusswaffen verdrängt, der letzte dokumentierte Einsatz in kriegerischen Auseinandersetzungen fand im frühen 19. Jahrhundert durch polnische Reiterabteilungen statt, die gegen Napoleons Streitmacht anritten.

Heutzutage tritt der Bogen in erster Linie nur noch als Sportgerät auf. Sieht man von verschiedenen Filmproduktionen mit „kriegerischem“ Hintergrund einmal ab, ist er in verschiedenen Staaten auch als „Jagdwaaffe“ noch erlaubt. In Deutschland ist die Jagd mit dem Bogen allerdings gesetzlich verboten.

Sportliche Wettkämpfe mit dem Bogen sind bis ins 15. Jahrhundert zurück bezeugt, wenngleich davon auszugehen ist, dass auch schon viel früher Bogenschützen ihre Fertigkeiten verglichen. In unserer heutigen Gesellschaft wird der Bogen ausschließlich als Sportgerät genutzt. Ganz gleich, ob als Freizeitbeschäftigung für Kinder, Ausgleich zum Beruf für Erwachsene, als Rehasport oder als allgemeine sportliche Betätigung bis hin zum Leistungssport – das Bogenschießen bietet für alle Alters- und Interessengruppen vielfältige Möglichkeiten und Herausforderungen. Die Anforderung an Körper und Geist gleichermaßen macht diesen Sport für viele so faszinierend.

Mittlerweile werden haufenweise gewerbliche Kurse zum Bogenschießen angeboten und auch Hotels und Ferien-Clubs drängen mit eigenen Anlagen und Parcours auf den Markt.

Rechtliche Vorgaben

Die Auswirkungen der Amokläufe von Erfurt und Winnenden und die daraus resultierende Verschärfung des deutschen Waffengesetzes stellen mittlerweile viele alteingesessene Schützenvereine vor ernsthafte Schwierigkeiten. Die Gewinnung von neuen Mitgliedern gestaltet sich aufgrund der wachsenden Vorbehalte in Bevölkerung, Politik und Presse zunehmend als schwierig, insbesondere an neuem Nachwuchs mangelt es den Kugeldisziplinen. Hinzu kommen die tagtäglichen Probleme beim Waffenhandling, die aufgrund der einschlägigen gesetzlichen Bestimmungen in Bezug auf Erwerb, Aufbewahrung, Transport und Umgang mit herkömmlichen Schusswaffen auftreten.

Hier bietet das Bogenschießen eine perfekte Alternative, denn

Schusswaffen sind gemäß Waffengesetz (WaffG) wie folgt definiert:

Gemäß Anlage 1 zu §1, Abs. 2, Nr. 1 WaffG sind Schusswaffen Gegenstände, ... bei denen Geschosse durch einen Lauf getrieben werden (Anlage 1, Abschnitt 1, Unterabschnitt 1, Nr. 1.1).

Gleichgestellt sind Gegenstände, bei denen bestimmungsgemäß feste Körper gezielt verschossen werden, deren Antriebsenergie durch Muskelkraft eingebracht und durch eine Sperrvorrichtung gespeichert werden kann (z.B. Armbrüste) (Anlage 1, Abschnitt 1, Unterabschnitt 1, Nr. 1.2.2).

Da bei einem Bogen keiner der beiden Punkte zutrifft, **gilt der Bogen nicht als (Schuss)Waffe gemäß dem deutschen Waffengesetz** und unterliegt demzufolge auch keinerlei Einschränkungen bei Erwerb, Aufbewahrung, Transport und Umgang. Dies gilt auch beim Compound, da auch dort keine Energie in einer evtl. verwendeten Lösehilfe (Release) gespeichert werden kann. Die Energie muss immer durch den Sportler aufgebracht und für die Dauer des Schusses gehalten werden.

Aber bitte trotzdem immer beachten:

Der Bogen ist quasi die älteste „Schusswaffe“ der Welt und ohne weiteres geeignet, dem Schützen und seiner Umwelt erheblichen Schaden zuzufügen. Ein verantwortungsvoller Umgang mit dem Sportgerät muss daher oberste Priorität haben und mit größter Disziplin eingehalten werden!

Verbandsstruktur und Ansprechpartner

Die bayerischen Bogenschützen sind wie folgt organisiert:

Weltverband:	World Archery Federation (kurz: WA)	https://worldarchery.org
Europa:	World Archery Europe (kurz: WAE)	www.archeryeurope.org
National:	Deutscher Schützenbund (kurz: DSB)	https://dsb.de
Bayern:	Bayerischer Sportschützenbund (kurz: BSSB)	https://bssb.de

Der zweite nationale Verband für Bogensportler, der DBSV (Deutscher Bogensportverband), spielt nur eine untergeordnete Rolle und ist weder international durch die WA (World Archery Federation) noch national durch den DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) als Fachverband anerkannt. Es ist also Sportlern des Deutschen Schützenbundes DSB vorbehalten, an Wettkämpfen und Meisterschaften des Weltverbandes WA, des kontinentalen Verbandes WAE oder gar an Olympischen Spielen teilzunehmen.

Ansprechpartner beim Bayerischen Sportschützenbund:

Landesbogenreferent:

Stefan Fent stefan.fent@t-online.de

Disziplinverantwortliche Landestrainerin für Bogenschießen:

Martina Volkland martina.volkland@bssb.bayern Tel. 089 – 316949-41

BSSB-Trainer für Bogenschießen:

Stefan Schäffer stefan.schaeffer@bssb.bayern Tel. 089 – 316949-42

Auf der Homepage des BSSB (<https://bssb.de>) finden sich unter <https://bssb.de/allgemein-infos-bogen.html> weitere Informationen sowie die Bogensport-Ansprechpartner der jeweiligen Schützenbezirke. Diese stehen selbstverständlich jederzeit gerne mit Rat und Tat zur Verfügung. Bitte bei Bedarf ansprechen.

Disziplinen und Wettbewerbe

Es werden 5 verschiedene **Bogenarten** beim Bogenschießen unterschieden¹:

- ↪ Recurvebogen (olympische Disziplin)
- ↪ Compoundbogen
- ↪ Blankbogen
- ↪ Langbogen (nur bei 3D)
- ↪ Instinktivbogen (nur bei 3D)

Nachfolgend angeführte **Wettbewerbe** werden im DSB ausgetragen:

↪ **Bogen im Freien:**

Wird nur mit Bogenarten Recurve, Compound und Blankbogen ausgetragen

➤ WA 720-Runde:

2 x 36 Schuss (Entfernungen und Auflagen- \emptyset je nach Alter)

dieser Wettbewerb ist das Meisterschaftsprogramm (Schüler B nur bis zur Landesmeisterschaft) und wird auch international geschossen, z.B. bei Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen (bei Olympia nur Recurve).

➤ WA 1440-Runde:

je 36 Pfeile auf 90/70/50/30 m (Männer) bzw. 70/60/50/30 m (Frauen), Nachwuchsklassen schießen auf kürzere Distanzen

Dieser klassische Wettkampfmodus wird national weiterhin als offenes Turnier angeboten, international hat er jedoch nur noch untergeordnete Bedeutung.

↪ **Bogen in der Halle:**

Wird nur mit Bogenarten Recurve, Compound und Blankbogen ausgetragen

➤ WA Hallenrunde:

2 x 30 Schuss auf 18 m, Auflagen- \emptyset 40 cm (Schüler \emptyset 60 cm, ab Juniorenklasse 3-fach-Spot)

↪ **Feldbogen:**

Wird nur mit Bogenarten Recurve, Compound und Blankbogen ausgetragen und beinhaltet je eine

➤ 12 x 3 Pfeile auf **unbekannte** Entfernungen zwischen 5 und 55 m (je nach Klasse)

➤ 12 x 3 Pfeile auf **bekannte** Entfernungen zwischen 5 und 60 m (je nach Klasse)

¹ (Deutscher Schützenbund e.V., 2021) Sportordnung des Deutschen Schützenbundes e.V., Teil 6 – Regeln für das Bogenschießen

✦ **Bogen 3D:**

Wird in allen 5 Disziplinen ausgetragen

- 24 Ziele x 2 Pfeile auf **unbekannte** Entfernungen zwischen 5 und 45 m (je nach Klasse)
- Die Ziele sind Tieren in verschiedenen Größen und Formen nachempfunden

Platz- und Raumbedarf

Sicherheit und gesetzliche Regelungen

Je nach Wettbewerb und Disziplin werden unterschiedliche Anforderungen an die räumlichen Gegebenheiten gestellt. Generell gilt, dass durch den Schießbetrieb niemand gefährdet werden darf. Dies gilt sowohl für die Sportler selbst, als auch für evtl. Zuschauer oder andere Unbeteiligte (z.B. Passanten).

Der Deutsche Schützenbund stellt auf seiner Homepage nachfolgend angeführte Dokumente zur Verfügung, die die Richtlinien für die Errichtung und den Betrieb von Bogensportanlagen zusammenfassen und einen guten Überblick über die Anforderungen bieten:

- ⇒ [Sicherheitsregeln für Bogensportanlagen²](#)
- ⇒ [Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze³](#)

An dieser Stelle sei nochmal darauf hingewiesen, dass Bogensportanlagen zwar keine waffenrechtliche Zulassung benötigen, sie sind normalerweise aber dennoch genehmigungspflichtig, z.B. in umwelt- oder baurechtlicher Hinsicht. Bitte kontaktieren Sie unbedingt **VOR** der Errichtung einer Bogensportanlage Ihre zuständige Kommunalverwaltung (Gemeinde, Stadt, Landratsamt) und klären Sie alle Details und erforderlichen Genehmigungen rund um Ihr Bauvorhaben. Bitte beachten Sie weiterhin, dass auch Nutzungsänderungen (z.B. Innenausbau einer ursprünglichen Maschinen- oder Lagerhalle in eine Bogensport-Halle) im Normalfall durch die zuständige Behörde genehmigungspflichtig sind!

Prinzipiell werden 3 mögliche Arten von Bogenplätzen unterschieden, eine genauere Beschreibung findet sich in o.g. Dokument [Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze³](#):

² (Deutscher Schützenbund e.V., 2021), Sportordnung des Deutschen Schützenbundes, Impressum Seite 11

³ (Deutscher Feldbogen Sportverband e.V. und Deutscher Schützenbund e.V., 2009) Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze

⇒ Bogenplätze mit mehr als 150m freiem Gelände



⇒ Bogenplätze mit geringem freiem Gelände



⇒ Geschlossene Bogenplätze (z.B. Hallen)



Insbesondere bei Bogenplätzen mit eingeschränkter Sicht hinter die Scheiben ist der Einsatz eines Pfeilfangnetzes obligatorisch! Je schlechter der Bereich hinter den Scheiben einsehbar ist, umso mehr Augenmerk muss auf die Sicherheit gelegt werden. Wird die Anlage eines Jagd- und Feld- oder eines 3D-Parcours in Betracht gezogen, sollten unbedingt höchste Sicherheitsmaßstäbe angelegt werden. Meistens finden sich derartige Anlagen in Waldgebieten oder in Gegenden mit abwechslungsreicher Tektur, wie z.B. Gebirge oder hügelige Landschaften. Hier ist die Unfallgefahr besonders hoch, da aufgrund der auch unbekanntenen Entfernungen immer die Gefahr von Fehlschüssen besteht.

Im Dokument [Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze](#)⁴ wird ausführlich auf die zu berücksichtigenden Sicherheitsaspekte bei Feldparcours eingegangen.

Welche Art des Bogenplatzes sich auch realisieren lässt: die Anschaffung eines Pfeilfangnetzes in ausreichender Länge ist immer sehr zu empfehlen. Unabhängig von den Sicherheitsaspekten schützt es in erster Linie vor Schäden an Einrichtungen (z.B. Hallenwänden) aber auch an Pfeilen. Die Gefahr, dass Pfeile im Freien verschossen werden können, wird ebenfalls stark eingeschränkt. Auf das Pfeilfangnetz wird im Kapitel [Material und Ausrüstung](#) noch näher eingegangen.

Benötigter Platzbedarf

Bei der Neugründung einer Bogenabteilung / eines Bogenvereins wird wahrscheinlich die Option eines eigenen Feld- oder 3D-Parcours noch keine besonders große Rolle spielen. Die ersten Schritte mit dem noch neuen und unbekanntem Sportgerät sollten auf Plätzen bzw. in Hallen gemacht werden, wo die Gefahr von Schäden an der Ausrüstung, hier insbesondere der Pfeile, am geringsten ist. Dieser Leitfaden betrachtet daher nur die „Halle“ und den „Freiluft-Bogenplatz“.

⇒ **Halle**

Die Hallen-Saison beginnt ab Oktober und endet mit der Deutschen Meisterschaft Halle (DSB), die üblicherweise Anfang März ausgetragen wird. Freiluft-Wettkämpfe nach der Sportordnung des DSB werden in dieser Zeit in Deutschland nicht ausgetragen.

Die Wettkampf-Entfernung bei Meisterschaften beträgt 18m, dies ist die Entfernung von der Schießlinie bis Mitte Scheiben-Vorderseite. Hinter den Scheiben sollte ausreichend Platz für die Scheibenständer und ein Pfeilfangnetz sein, üblicherweise genügt hier 1 – 2m.

⁴ (Deutscher Feldbogen Sportverband e.V. und Deutscher Schützenbund e.V., 2009) Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze

Vor der Schießlinie sollte der Platz nicht zu knapp bemessen sein, halten sich doch hier auch die Sportler auf, die gerade nicht an der Schießlinie stehen; zudem werden dort die Bögen in den Schießpausen abgestellt. Erfahrungsgemäß sollte dieser Bereich nicht kleiner als 5 – 7m sein. Sollte Ihre neue Abteilung an einen Schützenverein angegliedert sein oder werden, der einen 25m-Kurz Waffenstand zur Verfügung hat, so sollte man darüber nachdenken, diesen auch für die Bogen-Trainingseinheiten nutzbar zu machen. Eine Schießbahn mit 5-6 Kurz Waffenständen bietet genug Platz, um 3 Bogenscheiben zu stellen. Diese Lösung wurde bereits bei einigen Vereinen realisiert. Hier ein Beispiel:



Bogenstand auf einer 25m-Schießbahn für Kurz Waffen

Oftmals mieten sich Bogenvereine /-abteilungen auch in öffentlichen Turnhallen oder Teilen davon ein. Die Tatsache, dass der Bogen keine Waffe ist, macht das genehmigungsrechtlich ohne weiteres möglich. Die weitaus größere Herausforderung ist es, geeignete freie Zeiten in den Turnhallen zu bekommen.

Sowohl in Turnhallen als auch bei gemeinsamer Nutzung von Schießständen mit den Kugeldisziplinen müssen Bogenscheiben regelmäßig auf- und wieder abgebaut werden. Dies ist einigermaßen problemlos möglich, achten Sie aber bitte in diesem Zusammenhang unbedingt auf leichte Scheiben und einfache Scheibenständer. Im Kapitel [Material und Ausrüstung](#) wird hierauf weiter eingegangen.

↪ **Freiluft-Bogenplatz**

Die Freiluft-Saison startet im Normalfall ab Ende März bis Anfang-Mitte April, so es denn das Wetter zulässt. Die Meisterschaftsrunde beginnt mit den Vereins- und Gau-meisterschaften, die üblicherweise Anfang bis Mitte Mai ausgetragen werden. Die Freiluft-Saison endet wiederum im Normalfall mit der Deutschen Meisterschaft (DSB), die Ende August / Anfang September stattfindet. Einzelne offene Pokalturniere werden zwar im September noch angeboten, viele Bogenschützen gönnen sich hier aber auch mal eine Pause.

Als Bogenplatz ist prinzipiell jede halbwegs ebene Wiese geeignet, sofern die einschlägigen Sicherheitsvorschriften eingehalten werden können und eine entsprechende Zulassung/Genehmigung durch die zuständige Verwaltungsbehörde vorliegt.

Bei Fragen rund um eine sinnvolle Platzgestaltung stehen Ihnen die Bezirks-Bogenreferenten (<https://www.bssb.de/kontakte-bogen.html>) oder aber auch jeder Schießstandsachverständige zur Verfügung.

Bitte beachten Sie unbedingt, die Scheiben gegen Umfallen zu sichern. Es gab durchaus schon Fälle, da der Wind Scheiben umfallen ließ, was insbesondere dann besonders unerfreulich ist, wenn gerade Pfeile in der Scheibe stecken. Zudem besteht erhebliche Verletzungsgefahr, wenn man beim Ziehen der Pfeile die Scheibe mit vom Ständer hebt.

Achtung:

Folgende Punkte müssen strikt eingehalten werden, um allen Sicherheitsaspekten und Haftungsfragen gerecht zu werden:

- ⇒ Eine Schießordnung ist gut sichtbar in/an allen Bogenplätzen anzubringen (siehe hierzu: [Sicherheitsregeln für Bogensportanlagen⁵](#))
- ⇒ Kein Schießen ohne Aufsicht!
- ⇒ Alle am Schießen teilnehmenden Sportler sind generell in einer Schießkladde einzutragen
- ⇒ Der Versicherungsschutz aller Sportler ist zu überprüfen, ggf. muss eine Tagesversicherung abgeschlossen werden. Informationen zu den Versicherungen über den BSSB finden sich unter <https://www.bssb.de/versicherung1.html>.

⁵ (Deutscher Schützenbund e.V., 2021), Sportordnung des Deutschen Schützenbundes, Impressum Seite 11

Material und Ausrüstung

Ausstattung für Bogenplatz und Bogenhalle

Scheiben

Der wichtigste Teil der Ausstattung für einen Bogenplatz bzw. eine Bogenhalle sind zweifelsfrei die Scheiben. Bewährt haben sich Scheiben aus gepresstem Stroh, dem sog. Stramit. Sie zeichnen sich durch gute Haltbarkeit und günstigen Preis aus, allerdings haben die Scheiben ein relativ hohes Gewicht (ca. 60 – 70 kg bei \varnothing 130 cm) und erfordern daher auch entsprechend stabile Scheibenständer. Da die Scheiben – zumindest in der Freiluft-Saison – üblicherweise ohne Unterbrechung im Freien stehen und Wind und Wetter ausgesetzt sind, sollten sie außerhalb der Schießzeiten abgedeckt werden. Dennoch müssen die Scheiben regelmäßig gewässert werden, um ihre Haltbarkeit zu erhalten. Im Winter erfordern sie eine trockene aber dennoch belüftete Lagerung, da es ansonsten zu Schimmelbildung kommen kann. Die Haltbarkeit liegt bei regelmäßiger Nutzung, ordentlicher Lagerung und „Wartung“ bei ca. 4 – 5 Jahren.



Stramit-Scheibe

Kosten ca.:	Stramit-Scheibe \varnothing 130cm	ca. EUR 90,00 /St.
	(Achtung: hohe Lieferkosten wg. Gewicht)	
	Scheibenständer Selbstbau	ca. EUR 30,00 /St.

Alternativ zu den Stramit-Scheiben drängen seit einiger Zeit Scheiben aus Hartschaumstoff (z.B. Etafoam) auf den Markt. Diese bestehen aus mehreren Lagen unterschiedlich harter Schaumstoffe, die miteinander verklebt sind. Der große Vorteil dieser Scheiben liegt in ihrem geringen Gewicht, was sich insbesondere im Hallenbetrieb sehr positiv bemerkbar macht, wenn die Scheiben regelmäßig auf- und wieder abgebaut werden müssen. Das Handling ist hier doch wesentlich einfacher und auch die Ständerkonstruktion kann einfach und leicht sein. Verschiedene Ausführungen sind auch mit sogenannten Wechsellagen lieferbar. Hier sind in der Scheibenmitte bzw. in den Scheibenmitten (Hallenausführung für 3er-Spots) auswechselbare Kerne eingesetzt. Sind diese Kerne zer-schossen, muss nicht gleich die ganze Scheibe ausgetauscht werden. Demgegenüber steht der relativ hohe Preis der ganzen Scheibe, wengleich die Ausführungen mit Ersatz-Mitten hier einen gewissen Ausgleich schaffen.



Etafoam-Scheibe

Kosten ca.:	Scheibe ca. 130x130cm (Ausführung mit Wechselmitte)	ca. EUR 330,00 /St.
	Scheibenständer Selbstbau	ca. EUR 30,00 /St.
	Wechselmitte ø40cm	ca. EUR 40,00 /St.
	Wechselmitte ø11cm	ca. EUR 10,00 /St.

Die Haltbarkeit ist ähnlich der von Strohscheiben, durch das Wechseln nur der Mitte ist die (Träger-) Scheibe aber quasi unbegrenzt haltbar.

Scheibenständer

Scheibenständer werden in erster Linie dazu gebraucht, die Scheiben auf die vorgeschriebene Höhe und in den geforderten Winkel zu bringen. Bei den üblichen WA-Wettbewerben soll die Scheibenmitte in einer Höhe von 130 cm über dem Boden stehen. Je nach Art, Form und Größe der Scheibe müssen die Scheibenständer also an die Scheibe(n) angepasst sein, um diese Vorgabe zu erfüllen. Weiterhin sollten die Scheiben natürlich auch sicher stehen und gegen Umfallen gesichert sein, um den Verein vor unnötigen Haftungsansprüchen seitens der Sportler zu bewahren. Nicht gesicherte Scheiben stellen ein erhebliches Risiko für Verletzungen und Schäden an Pfeilen dar, wenn sie, beispielsweise beim Pfeileziehen oder durch eine Windböe erfasst, umfallen.

Im Internet gibt es eine Vielzahl an Bauanleitungen für Scheibenständer zum freien Download. Nachfolgender Link ist nur exemplarisch gedacht:

Bauanleitung für eine leichtere Ausführung, z.B. für Schaumstoffscheiben in der Halle:

<https://www.bogenundpfeile.de/Zielscheiben/Bogenschiessen.html>⁶

Der eigenen Kreativität sind aber natürlich auch keine Grenzen gesetzt. Wie oben geschrieben, müssen die Scheiben – auch in der Halle – festen Stand haben. Im Freien sollten die Scheiben nach hinten mit einem Seil zusätzlich gesichert sein.

⁶ (Losse, kein Datum) – Bogenschießen, Alles über Bogen und Pfeile, <http://www.bogenundpfeile.de>

Pfeilfangnetz

Pfeilfangnetze gibt es in verschiedenen Ausführungen und Stärken. Sie haben üblicherweise eine Höhe von ca. 3 m und werden nach laufenden Metern verkauft und abgerechnet. Bei vielen Händlern können die Netze vorkonfiguriert bestellt werden und werden dann in der gewünschten Länge geliefert. Der Preis liegt je nach Ausführung zwischen EUR 25,00 und EUR 35,00 je laufender Meter Länge.



Pfeilfangnetz der Olympiaschießanlage

Back-Stop

Eine Sonderform des Pfeilfangnetzes ist der sog. Back-Stop. Hierbei handelt es sich um ein zweilagig vernähtes Pfeilfangnetz mit entsprechend starker Einfassung. Er wird hinter die Scheibe gehängt und verhindert zuverlässig Durchschüsse bei zerschossenen Scheiben. Der Preis liegt je nach Ausführung bei ca. EUR 40,00 bis 50,00 per Stück.



Back-Stop montiert

Scheibenauflagen

Scheibenauflagen gibt es in verschiedensten Größen und Ausführungen. Für das wettkampfmäßige Bogenschießen sind Scheibenauflagen mit WA-Zulassung erforderlich. Diese sind bei praktisch allen namhaften Bogenhändlern – notfalls auch einzeln – käuflich zu erwerben. Informationen über die je nach Disziplin, Wettbewerb und Jahrgangsklasse erforderlichen Schiebengrößen können der Sportordnung des Deutschen Schützenbundes entnommen werden, auch die Bogen-Fachhändler helfen hier gerne weiter. Darüber hinaus gibt es eine Vielzahl an Spaß- und Trainings-Auflagen, mit z.B. Bingo-, Billard-, Dart-, Weihnachts-, oder Oster-Motiven. Ein abwechslungsreiches Training ist so immer gegeben.

Zum Befestigen der Scheibenauflagen werden sog. Scheibennägel benötigt. Diese sind ebenfalls bei jedem Bogenhändler erhältlich, dem eigenen Basteltrieb sind hier aber ebenfalls keinerlei Grenzen gesetzt. So lässt sich sicher auch der eine oder andere Euro sparen.



Beispiele versch. Scheiben- und Spaßauflagen

Jede weitere Ausstattung von Bogenplatz bzw. Bogenhalle richtet sich nach den zusätzlichen Wünschen und natürlich auch nach dem verfügbaren Finanzrahmen.

Ausstattung für den Sportler

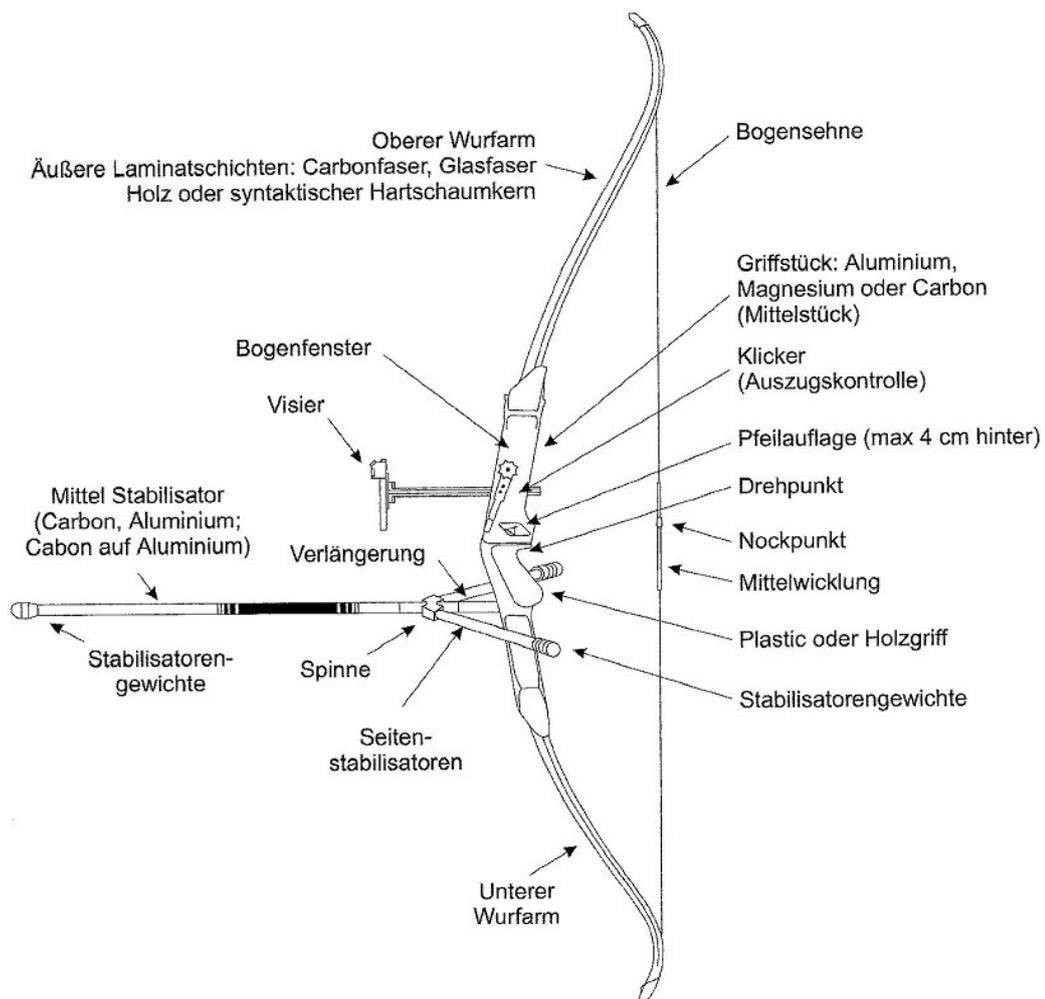
Bogen

Recurve

Die meisten Bögen sind in Wurfarm und Mittelstück teilbar, die über Steck- oder Schraubsysteme verbunden werden. Es gibt Rechts- und Linkshandausführungen.

Der Wettkampfbogen der olympischen Disziplin ist der Recurvebogen. Geschossen wird er mit Visier, Stabilisation, Button (Vorrichtung zur Pfeilflugoptimierung) und meist mit Auszugskontrolle (Klicker). Die Sehne wird mit Zeige-, Mittel- und Ringfinger gehalten. Im fortgeschrittenen Bereich liegt das Zuggewicht der Männer bei etwa 40 – 44 lbs, bei Frauen ca. 32 – 36 lbs. Im Leistungssportbereich sind die Zuggewichte teilweise aber noch wesentlich höher.

Einen genaueren Überblick über die einzelnen Bestandteile des Recurve-Bogens gibt die nachfolgende Darstellung:



Schematische Darstellung eines Recurve-Bogens

Die wichtigsten Bestandteile am Recurvebogen sind:

⇒ Mittelstück (auch Griffstück genannt):

Das Mittelstück ist heute vorwiegend aus Metall-Legierungen oder Aluminium hergestellt, Faserverbundwerkstoffe, wie z.B. Carbon oder Kevlar, sind auf dem Vormarsch. Mittelstücke aus Metall werden üblicherweise aus dem Vollen gefräst, reine Guss-Mittelteile werden eigentlich nur noch für den „Low-Budget“-Bereich hergestellt. Im Anfängerbereich werden häufig auch noch Mittelstücke aus Holz verwendet. Diese haben aber insbesondere für Kinder den Nachteil, dass die Griffe recht klobig und für Kinderhände zu groß sind. Das Erlernen einer sauberen Handplatzierung am Griff wird dadurch erschwert. Kostengünstige Metall-Griffstücke sind mittlerweile auch in kurzen Längen erhältlich, bei Neuanschaffungen im Verein sollte daher möglichst auf diese Bauart zurückgegriffen werden.

⇒ Wurfarme:

Die Wurfarme bestehen häufig aus einer Kombination verschiedener Werkstoffe, wie Holz, Carbon, Keramik oder Hartschaum. Sie sind je nach Bedarf in verschiedenen Zuggewichtsstärken und Längen erhältlich. Eine Berechnungsgröße ist „lbs“. Ein lbs ist dem englischen Pfund gleichgestellt und entspricht 454 Gramm.

Die Verbindung zwischen Mittelstück und Wurfarmen erfolgt entweder durch Schraub- oder Steckverbindung. Bögen mit Schraubverbindung werden auch „Take-Down“-Bögen genannt, diese Verbindungsform ist insbesondere bei Holzbögen üblich.

Für steckbare Wurfarme gibt es zwei unterschiedliche Stecksysteme. Es sind dies das weithin gebräuchliche ILF-System (International Limb Fitting) und das Hoyt-Formula-System®, auf das die Firma Hoyt das Patent besitzt. Bei der Wurfarm-Bestellung muss unbedingt auf das passende System geachtet werden, da die Systeme nicht kompatibel sind.

⇒ Sehne:

Die Sehne wird ausschließlich aus technischen Kunststoffen, wie z.B. Dacron, Kevlar, Fast Flight, Dyneema etc. hergestellt. Eine hohe, gleichbleibende Belastbarkeit, hohe Reißfestigkeit bei gleichzeitiger Elastizität und geringem Eigengewicht zeichnen diese Materialien aus. Im Anfängerbereich kann bedenkenlos auf handelsübliche Komplett-Sehnen zurückgegriffen werden, Fortgeschrittene werden Sehnen entweder nach individueller Spezifikation anfertigen lassen oder aber selber herstellen. Je nach Zuggewicht und Länge des Bogens variieren Sehnen in Ihrer Strangzahl, Ihrer Länge sowie im verwendeten Material.

Beachte: Holzbögen dürfen ausschließlich mit Dacron-Sehnen geschossen werden!

Dacron besitzt von allen Sehnenmaterialien die größte Elastizität, es dehnt sich beim Abschuss elastisch bis zu 10 %, wohingegen die anderen o.g. Materialien sich nur minimal dehnen können. Der Abschuss-Schock würde auf Dauer die Holzfasern beschädigen und damit die Festigkeit des Mittelstückes beeinträchtigen.

Zur Sehne gehören außerdem die Nockpunkte. Im Anfängerbereich werden gerne

Klemm-Nockringe aus Metall verwendet. Diese haben den Vorteil, dass sie sich leicht verstellen lassen, man braucht dazu nur eine kleine Zange. Allerdings beschädigen diese auf Dauer die Sehne, was regelmäßig zu aufgelösten Mittenwicklungen oder gar gerissenen Sehnen führt. Im Fortgeschrittenenbereich werden üblicherweise Nockringe aus geknüpftem Sehnen- oder Wickelmaterial oder aus Papier verwendet. Diese sind einfach herstellbar und mittels Klebstoff dauerhaft auf der Sehne fixierbar.

↪ Pfeilauflage:

Die Pfeilauflage wird direkt über dem tiefsten Punkt des Griffstücks angebracht. Bei Anfängerbögen wird sie meist aufgeklebt. Es gibt viele verschiedene Arten und Ausführungen von Pfeilauflagen. Bei der Auswahl muss insbesondere



Stabile Kunststoff-Auflage

darauf geachtet werden, dass der Auflagefinger sehr gut höhenstabil ist. Eine zu weiche Ausführung beeinträchtigt das Trefferbild insbesondere auf die weiteren Entfernungen.

↪ Button:

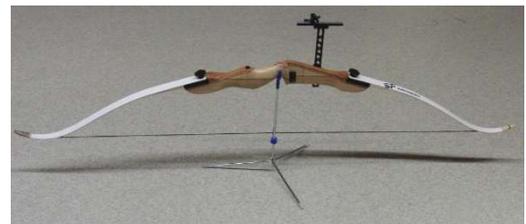
Der Button (auch *Plunger* genannt) ist ein Hilfsmittel, welches zum genauen Abstimmen von Bogen und Pfeil notwendig ist. Er wird im Bereich der Pfeilauflage in das Griffstück eingeschraubt und stellt die Anlagefläche des Pfeils zum Bogenfenster dar. Er beinhaltet eine kleine Feder, die die Anlagefläche beweglich werden lässt. Die Federspannung kann mittels Stellschrauben verändert werden und ermöglicht so die exakte Abstimmung (Tuning) des Materials zum Schützen.

↪ Visier:

Das Visier wird benötigt, um auf verschiedene Entfernungen zielgenau schießen zu können. Es ist sowohl vertikal als auch horizontal verstellbar.

Eine Vielzahl an Visieren ist im Handel erhältlich. Ein „Richtig“ oder „Falsch“ gibt es hier nicht, auf folgende Auswahlkriterien sollte jedoch geachtet werden:

- geringes Eigengewicht
- einfache Verstellbarkeit
- hohe Wiederholgenauigkeit
- spielfreie Führungen



Holzbogen mit Vorbau-Visier

↪ Stabilisierung:

Die Stabilisierung dient dem Abdämpfen der Schwingungen, die beim Abschuss im Bogen entstehen sowie der Stabilisierung des Zielvorganges. Dies wird erreicht durch Anbringen von Gewichten an Stabilisator-Stangen, die an verschiedenen Stellen des Bogens angebracht werden können. Stabilisatoren sind meist aus Carbon gefertigt und in unterschiedlichen Längen erhältlich. Der übliche Aufbau der Stabilisation am Bogen besteht aus einem Monostabilisator, der in Richtung Scheibe zeigt, einer Spinne (auch *V-Bar* genannt) und zwei Konterstabilisatoren, die rückwärtig gerichtet und wesentlich kürzer als der Monostabilisator sind. Häufig ist zwischen Spinne und Mittelteil noch ein Vorbau eingebaut. Die genaue Konfiguration der Stabilisierung richtet sich nach den persönlichen

Vorlieben des jeweiligen Sportlers. Man sollte jedoch darauf achten, dass die Stabilisierung nicht zu schwer gewählt wird, da das Gewicht dauerhaft kontrolliert werden muss.

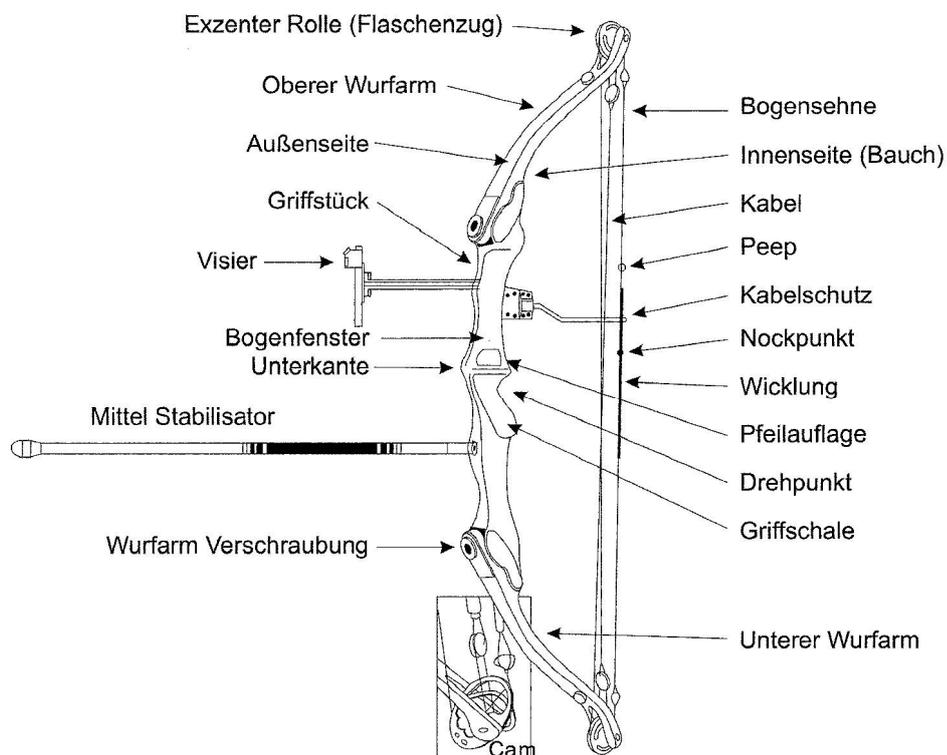
↳ Klicker:

Der Klicker wird am Mittelstück angebracht und dient als Hilfsmittel für eine gleichmäßige Auszugslänge. Darüber hinaus ermöglicht er ein unbewusstes Lösen der Sehne im Vollauszug, da das „Klick“ als Reflex-Steuerung dient.

Achtung: der Klicker kommt erst bei fortgeschrittenen Anfängern zum Einsatz und sollte nur unter Trainer-Aufsicht „in Betrieb genommen“ werden, da ein falscher Einstieg in das Schießen mit Klicker zu einer erheblichen Beeinträchtigung der Kontrollfähigkeiten des Sportlers führen kann!

Compound

Den Compoundbogen kennzeichnen exzentrisch gelagerte Rollen, über die Sehne und Kabel laufen. Das zunächst hohe Zuggewicht (erlaubt sind max. 60 lbs) verringert sich dadurch auf ca. 35 - 40%. Einen genaueren Überblick über die einzelnen Bestandteile gibt die nachfolgende Darstellung:



Schematische Darstellung eines Compound-Bogens

Die Einzelteile des Compoundbogens unterscheiden sich vom Recurvebogen in erster Linie in ihrer Bauart und den zusätzlich zugelassenen Ausstattungsmerkmalen. Der Compound hat eine Art „Kimme und Korn“, d.h. ein Zielloch (*Peep-Sight*) an der Sehne und ein Vergrößerungsvisier mit Wasserwaage (*Scope*). Die Sehne wird üblicherweise nicht mit den Fingern gehalten, sondern mit einer „mechanischen Löse-Vorrichtung“, dem sog. *Release*.

Blankbogen

Der Blankbogen entspricht im Funktionsprinzip dem Recurvebogen. Eine besondere Bauart stellt der Englische Langbogen dar, bei dem die Wurfarme nicht die typische „S-Form“ (Recurve) aufweisen. Bei Blankbögen sind generell jegliche Hilfsmittel verboten, lediglich eine Pfeilaufgabe nebst Button ist gestattet. Auf Zubehör, wie z.B. Visier, Stabilisation, Klicker, Peep-Sight oder Release muss gänzlich verzichtet werden. Der ungespannte Bogen mit Zubehör muss durch einen Ring mit einem Durchmesser von 12,2 cm passen.⁷

Pfeile

Ein Pfeil setzt sich generell aus vier Bestandteilen zusammen:

➤ Pfeilschaft

Der Pfeilschaft besteht heute zumeist aus Aluminium, Carbon oder einer Kombination dieser beiden Werkstoffe. Holzpfeile spielen im modernen Bogenschießen praktisch keine Rolle mehr.

Neben den verwendeten Werkstoffen unterschieden sich die Schäfte außerdem in ihrer Roh-Länge, dem Durchmesser, dem Biegeverhalten (dem sog. *Spine-Wert*), dem Eigengewicht und der Schaftform (zylindrisch, bauchig oder einseitig konisch). Zum Erlernen des Bogenschießens empfehlen sich Alu-Pfeile. Diese haben eine sehr gute Haltbarkeit und können auch wieder geradegerichtet werden, sollten sie sich einmal verbogen haben. Alle Pfeilschäfte sind mit dem Spine-Wert oder zumindest einem Pfeil-Code gekennzeichnet. Der Spine-Wert eines Pfeils ist ein Maß für die Biegesteifigkeit. Ein weicher Pfeil hat einen höheren Spine-Wert als ein steifer Pfeil, da die Durchbiegung bei entsprechender Belastung größer ist.

Bei Aluminium-Pfeilen wird häufig auch ein Pfeil-Code aufgedruckt, z.B. „X7 - 1916“. Dieser Code beinhaltet die Qualitätsklasse (hier: X7) und eine Maßangabe zum Pfeilschaft (hier: 1916). Die Zahlen bedeuten: $\frac{19}{64}$ Zoll Außendurchmesser und $\frac{16}{1000}$ Zoll Wandstärke.

⁷ (Deutscher Schützenbund e.V., 2021), Sportordnung des Deutschen Schützenbundes e.V., Teil 6 – Regeln für das Bogenschießen

⇒ Spitze

So wie auch bei den Pfeilschäften gibt es unzählige Spitzentypen, und –formen. Es gibt einteilige oder auch zweigeteilte Spitzen. Zweigeteilte Spitzen bestehen aus einer Spitze und einem sog. *Insert*, welches – wie auch die einteilige Spitze – in den Schaft eingeklebt wird. Jeder Schaft-Hersteller bietet generell auch passende Spitzen an. Für jeden Pfeiltyp gibt es immer mehrere verschiedene Spitzen, die sich in erster Linie im Gewicht unterscheiden. Das Spitzengewicht entscheidet über die Lage des Schwerpunktes des gesamten Pfeils und damit über das Flugverhalten. Normalerweise sind die Spitzen aus Edelstahl gefertigt, neuerdings werden für Hochleistungs-Wettkampfpfeile auch Spitzen aus Wolfram verwendet. Diese Spitzen sind jedoch sehr teuer, so dass diese Pfeile dann komplett bis zu ca. EUR 50,00 per Stück kosten können.



Spitzen für Alupfeile

⇒ Nocke

Auch bei den Nocken gibt es Ausführungen, die aus einem Stück oder aber aus *Insert* oder *Pin* und der eigentlichen Nocke bestehen. Die Nocken sind in der Regel aus Kunststoff gefertigt und werden in zahllosen Farben angeboten.



diverse Nocken

⇒ Befiederung

Befiederungen aus Naturfedern werden in erster Linie bei großen Pfeildurchmessern verwendet und meist nur bei kurzen Distanzen eingesetzt, da die Größe der Federn den Pfeil zwar schnell stabilisiert aber aufgrund des hohen Luftwiderstandes auch stark abbremst. Kunststofffedern hingegen können auf praktisch allen Pfeilarten angebracht werden. Sie gibt es in unterschiedlichsten Längen und Ausführungen, z.B. geschlitzt oder auch eingedreht. Diese Formen versetzen den Pfeil in eine schnellere Rotation, was ebenso zu einer guten Stabilisierung führt, jedoch ohne den Pfeil dabei zu bremsen. Den persönlichen Vorlieben des Schützen sind hier in Bezug auf Formen und Farben keine Grenzen gesetzt.



Federn in versch. Farben

Fingerschutz

Der Fingerschutz (auch *Tab* genannt), schützt die Zugfinger vor Verletzungen durch die Sehne beim Aufspannen bzw. beim Lösen der Sehne. Der Fingerschutz besteht normalerweise aus Leder, jedoch werden auch Ausführungen aus Kunststoffen angeboten, die dann z.B. besser wasserabweisend sind.

Im Bereich zwischen Zeigefinger und Mittelfinger ist das Leder geschlitzt und ausgenommen, um dem Pfeil die nötige Freiheit zu geben. Sogenannte Ankertabs haben zudem noch eine Ankerplatte, die sinnvollerweise in der Höhe verstellbar ist. So kann diese Platte auch als Daumenauflage verwendet werden, was



einfacher Tab mit Fingertrenner

einen wesentlich besseren Kontakt zwischen Kiefer, Hals und Zughand im Vollauszug ermöglicht. Form und Größe des Tabs müssen in jedem Fall der Hand des Sportlers angepasst sein. Nur so ist gewährleistet, dass die Finger ausreichend geschützt sind, die Sehne aber auch nicht beim Lösen in ihrer Bewegung behindert oder gar abgelenkt wird.

Armschutz

Der Armschutz schützt den Bogenarm vor Kontakt mit der Sehne bei der Schussabgabe. Die Gefahr, dass bei ungeübten Bogenschützen, die noch über keine ausreichend stabile Schießtechnik verfügen, die Sehne bei der Schussabgabe auf den Bogenarm schlägt, ist relativ hoch. Ohne entsprechenden Schutz können sich je nach Zuggewicht des Bogens und Einschlagwinkel der Sehne erhebliche Verletzungen mit schweren Blutergüssen und starken Schwellungen ergeben. Hiervor schützt der Armschutz zuverlässig. **Er gehört damit zur Anfänger-Grundausrüstung!**



Lederarmschutz lang

Auch beim Armschutz gibt es verschiedenste Ausführungen und Längen. Am Anfang ist ein langer Armschutz mit Stahlverstärkung sehr empfehlenswert (siehe Abbildung), zumal auch beim Tragen von Pullovern oder Jacken ein zuverlässiger Schutz gewährleistet wird. Kurze Ausführungen, auch aus Kunststoff, werden üblicherweise von erfahreneren Sportlern verwendet.

Streifschutz

Dem Streifschutz (auch *Brustschutz* genannt) kommt insbesondere bei weiblichen Bogenschützen entsprechende Bedeutung zu. Durch den sehr engen Kontakt mit der Sehne können Verletzungen an der Brust auftreten, die durchaus sehr schmerzhaft sein können. Der Streifschutz bietet hier zuverlässigen Schutz. Aber auch Männer, bei denen die Sehne im Vollauszug an der Brust anliegt, wissen diese Ausrüstung zu schätzen. Zudem sorgt der Streifschutz beim Tragen von warmer Kleidung oder Wetterschutzkleidung für enges Anliegen der Kleidung und minimiert so die Gefahr einer Ablenkung der Sehne bei der Schussabgabe. Streifschutze gibt es in verschiedenen Größen und natürlich auch in Links- und Rechtshandausführung. Verschiedene Hersteller bieten auch eine individuelle Farbgebung, Namensaufdrucke etc. an.



Streifschutz

Fingerschlinge, Fangschlaufe

Die Fingerschlinge ermöglicht, den Bogen nicht festhalten zu müssen und dadurch mit völlig entspannter Bogenhand zu schießen. Würde man bei entspannter Bogenhand ohne Fingerschlinge schießen, würde der Bogen aufgrund des Abschussimpulses aus der Bogenhand in Richtung Scheibe springen und zu Boden fallen. Beschädigungen an Visier oder Stabilisierung wären unter Umständen die Folge. Die Fingerschlinge umschlingt das Mittelstück und wird an Daumen und Zeige- oder Mittelfinger der Bogenhand befestigt. Ebenso gibt es Ausführungen, die um das Handgelenk der Bogenhand gelegt werden, den Bogen über den Handrücken umschlingen und auf der Handinnenseite mittels kleinem Haken wieder eingehängt werden.



Fingerschlinge aus Schuhband (rot)

Es gibt fertig zu kaufende Fingerschlingen, aber auch eine Eigenanfertigung aus einem einfachen Schuhband (siehe Bild) ist völlig ausreichend.

Theraband

Ein Thera- oder sonstiges Gummiband wird zum Aufwärmen vor dem Schießen verwendet, aber auch Schuss-Simulationen lassen sich damit hervorragend durchführen. Insbesondere in Schießpausen ermöglicht es die Überprüfung des Bewegungsablaufs, ebenso unterstützt es bei der mentalen Vorbereitung und Einstimmung auf einen Wettkampf.

In Fällen, da kein Bogen zur Hand ist, kann es für ein Trockentraining – z.B. vor einem Spiegel – oder auch für Krafttraining genutzt werden.

Kleidung

Bogenschießen ist eine Sportart, insofern sollte beim Bogenschießen auch Sportkleidung getragen werden, ein normaler Trainings- oder Sportanzug ist absolut ausreichend. Bei der Auswahl der Kleidung ist zu beachten, dass T-Shirts, Langarm-Shirts, Pullover, Jacken etc. möglichst enganliegend sind, die Bewegungsfähigkeit der Arme und Schultern jedoch so wenig wie möglich einschränken. Das Schuhwerk sollte generell fest sein, Outdoor-, Turn- oder Sportschuhe sind hier am besten geeignet, da sie guten Halt geben und einen festen Stand ermöglichen. Beim Schießen im Freien ist auch Wetter-Schutzkleidung sinnvoll, wie z.B. Wind- und/oder Regenjacke, Regenhose, wasserdichte Wanderschuhe oder Gummistiefel. Bei der Teilnahme an Wettkämpfen müssen unbedingt die Vorgaben der Sportordnung des Deutschen Schützenbundes, Teil 6, Kapitel 6.5.5⁸ beachtet werden!

⁸ (Deutscher Schützenbund e.V., 2021), Sportordnung des Deutschen Schützenbundes e.V., Teil 6 – Regeln für das Bogenschießen

Die ersten Schritte

„Was Du in anderen entzünden willst, muss in Dir selbst brennen“ (Augustinus von Hippo)

Um das Bogenschießen anderen schmackhaft zu machen, muss man erst einmal selbst davon in den Bann gezogen werden. Das Lesen dieses Leitfadens trägt vielleicht ein klein wenig dazu bei, dem Wunsch nach einer eigenen Bogenabteilung bzw. einem eigenen Bogenverein etwas näher zu kommen. Die Leidenschaft, die Hingabe zu diesem schönen Sport und das unendlich befriedigende Gefühl des sportlichen Erfolgs muss sich aber jeder selbst erarbeiten. Wenn Sie diesen Leitfaden bis hierher schon gelesen haben, haben Sie bereits ein gutes Stück Ausdauer und Interesse am Bogensport bewiesen. Aber haben Sie selbst eigentlich schon mal einen Bogen in der Hand gehabt? Haben Sie selbst schon einen Schuss mit dem Bogen abgegeben? Kennen Sie das tolle Gefühl, das erste Mal in die **10** getroffen zu haben? Können Sie diese Fragen mit einem klaren „**Ja**“ beantworten, so können Sie die nächsten Zeilen getrost überspringen, denn für Sie trifft der eingangs geschriebene Satz wahrscheinlich schon zu!

Bei einem „**Nein**“ sollten Sie sich den nachfolgenden Ratschlag aber unbedingt zu Herzen nehmen:

Die verantwortlichen Personen, die eine neue Bogensportabteilung oder einen neuen Bogensportverein gründen wollen und bislang noch keine Berührungspunkte mit dem Bogenschießen hatten, sollten sich unbedingt zuerst an einen benachbarten Bogenverein oder Bogenabteilung wenden und um Unterstützung bitten. Um dauerhaften Spaß und Erfolg an dieser Sportart zu haben ist es sinnvoll und notwendig, das Bogenschießen zunächst selbst von der Pike auf zu lernen. Eine hervorragende Möglichkeit hierfür sind sog. Einsteigerkurse oder Grundlehrgänge nach Teillehrmethode, wie sie schon von vielen Bogenvereinen oder teilweise auch von der VHS angeboten werden. Dabei wird üblicherweise auch die Ausrüstung für den Kurs zur Verfügung gestellt.

Sollten Sie keinen Bogenverein oder Bogenabteilung in Ihrer Nähe kennen, so wenden Sie sich bitte an den für Ihren Schützenbezirk zuständigen Bezirksbogenreferenten (siehe Kapitel [Verbandsstruktur und Ansprechpartner](#)). Er hilft gerne bei der Suche nach einem „Patenverein“ und gibt Auskunft über mögliche Ansprechpartner. Weiterhin gibt er Auskunft über geplante Vereinsübungsleiter-Ausbildungen (VÜL) und stellt gerne den Kontakt zu lizenzierten Trainern in Ihrer Nähe her.

Scheuen Sie sich nicht, einen anderen Bogenverein um eine Patenschaft zu bitten. Diese wird im Normalfall gerne angenommen und Konkurrenzdenken ist dabei völlig fehl am Platz.

Lassen Sie sich helfen, die ersten Schritte zu meistern. So vermeiden Sie Fehler und schonen Ihre Nerven und Ihren Geldbeutel!

Vorüberlegungen

Bevor das „Abenteuer Bogensport“ gestartet und mit dem aktiven Sportbetrieb begonnen wird, müssen einige grundsätzliche Überlegungen angestellt werden. Motivation und Schaffensdrang der anfangs verantwortlichen Personen alleine reichen nicht aus, um neue Mitglieder zu werben und anschließend langfristig an den Verein zu binden.

Es genügt nicht, viel zu arbeiten – es muss auch das Richtige sein!

Arbeit im Team – wozu?

Woher kommt eigentlich das Wort **TEAM**? Ganz einfach: **T**oll **E**in **A**nderer **M**acht's... 😊

Spaß beiseite – DAS ist natürlich nicht der Sinn eines Teams, sondern vielmehr die Verteilung der unterschiedlichen Aufgaben auf mehrere Schultern. Hier sollte jedoch sehr gut darauf geachtet werden, dass jeder, der Aufgaben übernimmt, auch dafür geeignet bzw. ausgebildet ist. So können die einzelnen Teammitglieder gezielt gemäß ihren Stärken eingesetzt werden und niemand wird überfordert. Verschiedene kreative Geister bewegen bei kooperativem Umgang eine ganze Menge. Auch ein regelmäßiger Austausch der Teammitglieder untereinander ist erforderlich. Nur so weiß die rechte Hand auch, was die linke tut.

„Nichts ist besonders schwer, wenn Du es in kleine Aufgaben teilst“ (Henry Ford)

Nachfolgend sind einige Fragen aufgelistet, die helfen sollen, die ersten Schritte sinnvoll anzugehen:

- ⇒ Wer steht für die Sache zur Verfügung?
- ⇒ Wer hat welche Stärken, Fähigkeiten bzw. Qualifikationen?
- ⇒ Wer hat wieviel Zeit?
- ⇒ Wie sehen die Finanzen aus (Haushaltsplan, Jugendetat, Sponsoren etc.)?
- ⇒ Welche Disziplinen sollen angeboten werden (Olympisch, Feldrunde, 3D)?
- ⇒ Breitensport und Leistung, Wettkämpfe und Meisterschaften?
- ⇒ Gibt es weiteren (Auf)Klarungsbedarf in der Abteilung?
- ⇒ Was soll das Vereinsleben zusätzlich interessant machen?
- ⇒ Wer übernimmt die Öffentlichkeitsarbeit und Imagepflege?
- ⇒ Welche Infrastruktur steht (schon) zur Verfügung (Trainingszeiten und -orte)?

Die vorgenannte Auflistung enthält bewusst noch keine speziellen Fragen rund um den Sportbetrieb und erhebt natürlich auch keinen Anspruch auf Vollständigkeit. In Abhängigkeit von den verantwortlichen Personen, von der Frage ob neuer Verein oder neue Abteilung eines bestehenden Vereins oder von sonstigen regionalen Unterschieden, kann und muss diese Liste noch erweitert werden. Der eigenen Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.

Personalbedarf

Abteilungsleiter	Er ist der Hauptverantwortliche für die gesamte Abteilung, bei ihm laufen alle Fäden zusammen. Er vertritt die Abteilung im Vereinsausschuss des Hauptvereins bzw. steht dem Bogensportverein als 1. Vorstand im Sinne des Vereinsrechts vor. Er ist Bindeglied zu allen übergeordneten Stellen und achtet insbesondere auf einen rechts- und regelkonformen Betrieb innerhalb der Abteilung bzw. des Vereins.
Sportleiter	Er kümmert sich um alle sportlichen Aspekte, organisiert die Vereinsmeisterschaft(en), erstellt die Meldungen zur Gaumeisterschaft an den jeweils zuständigen Schützengau, überwacht den Eingang von entsprechenden Meldebestätigungen bzw. Startkarten für die weiterführenden Meisterschaften und gibt diese rechtzeitig an die Sportler weiter. Er behält den Überblick über die angebotenen offenen Turniere im Umkreis und erstellt hierfür die Meldungen. Weiterhin hält er Kontakt zur Gausportleitung und gibt wichtige Änderungen in Bezug auf das Regelwerk des Deutschen Schützenbundes an seine verantwortlichen Trainer und Betreuer sowie ggf. an die Sportler weiter.
Übungsleiter	Er ist verantwortlich für die sportfachliche Aus- und Weiterbildung der Vereinssportler. Er begleitet die von ihm im Training betreuten Sportler auf Wettkämpfe und Meisterschaften. Der Übungsleiter ist im Besitz einer gültigen VÜL- (Vereinsübungsleiter) oder C-Trainer-Lizenz und besucht regelmäßig die vom Bayerischen Sportschützenbund oder seinen angeschlossenen Bezirken angebotenen Weiterbildungsmaßnahmen.
Jugendleiter	Er sorgt für ein jugendgerechtes und –attraktives Vereinsleben, plant und organisiert überfachliche Veranstaltungen mit den jugendlichen Mitgliedern, wie z.B. Kinobesuche, Zeltlager, Badefahrten oder Ausflüge. Er kommuniziert gut mit Übungsleitern und pflegt den Austausch mit der Vereins-/Abteilungsleitung und der Vorstandschaft.
Materialwart	Er kümmert sich um die Pflege des vereinseigenen Materials, repariert z.B. beschädigte Pfeile und unterstützt bei der Auswahl der richtigen Einsteigerausrüstung sowie bei Tuning und allen Fragen rund ums Material. Ein gewisses technisches Interesse und Verständnis erleichtert diese Aufgabe ungemein.

Platzbedarf

Um das Bogenschießen betreiben zu können, werden geeignete Trainingsmöglichkeiten benötigt. Im Kapitel *Platz- und Raumbedarf* wurden die Anforderungen bereits genauer beschrieben.

Sollten noch keine geeigneten Trainingsmöglichkeiten vorhanden sein, ist der beste Ansprechpartner zuerst die örtliche Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung. Dort hilft man sicherlich bei der Suche nach geeigneten Trainingsmöglichkeiten.

Materialbedarf

Vor der Materialbeschaffung sollte unbedingt festgelegt werden, welche Kosten durch den Verein und welche durch den Sportler selbst getragen werden. Empfehlenswert ist es, im Verein eine gewisse Grundausrüstung an Einsteigerbögen nebst Pfeilen und Schutzrüstung vorzuhalten, die Neueinsteigern zu Anfangs zur Verfügung gestellt werden. So können erste Erfahrungen mit dem Bogensport gesammelt werden, ohne dass sofort Kosten entstehen. Nach einer Zeit von ca. 4-6 Wochen sollte sich der Sportler dann selbst einen Mietbogen, eigene Pfeile und eigene Grundausrüstung (siehe unten) zulegen. Das vom Verein hierfür vorzuhaltende Material ist in der Tabelle unten mit angeführt.

Vor der Bestellung der Grundausrüstung sollte unbedingt bei verschiedenen Bogenhändlern ein entsprechendes Angebot eingeholt werden. Insbesondere bei Scheiben, Pfeilfangnetz etc. sind teilweise erhebliche Preisunterschiede festzustellen.

Die nachfolgende unverbindliche Aufstellung orientiert sich an einer Vereins-Grundausrüstung für 12 Sportler⁹:

Anzahl	Bezeichnung	Einzelpreis	Gesamtpreis
3 St.	Stramit-Scheiben	€ 90,00	€ 270,00
<i>alternativ</i>	<i>Kunststoff-Scheiben</i>	<i>€ 330,00</i>	<i>€ 990,00</i>
3 St.	Scheibenständer (Selbstbau)	€ 30,00	€ 90,00
15 m	Pfeilfangnetz	€ 30,00	€ 450,00
1 Satz	Scheibenauflagen, sortiert		€ 50,00
30 St.	Scheibennägel	€ 1,00	€ 30,00
6 St.	Anfängerbögen kpl.: Mittelstück, Wurfarme, Sehne, Nockpunkte, Visier, Pfeilauflage, Button	€ 140,00	€ 840,00
6 St.	Bogenständer	€ 10,00	€ 60,00
6 St.	Bogentaschen	€ 20,00	€ 120,00

Tabelle wird auf nächster Seite fortgeführt

⁹ (Sellmaier): Kosten und Finanzierung einer Bogenabteilung

Anzahl	Bezeichnung	Einzelpreis	Gesamtpreis
12 St.	Tabs, sortiert (klein bis groß, Rechts-hand & Linkshand)	€ 5,00	€ 60,00
6 St.	Armschutz	€ 12,00	€ 72,00
6 St.	Streifschutz	€ 10,00	€ 60,00
6 St.	Fingerschlinge (Schuhband)	€ 0,50	€ 3,00
6 St.	Köcher	€ 15,00	€ 90,00
100 St.	Alu-Pfeile kpl.	€ 7,00	€ 700,00
3 St.	Spannriemen	€ 5,00	€ 15,00
1 St.	Checker	€ 10,00	€ 10,00
1 St.	Nockpunktzange	€ 12,00	€ 12,00
1 Satz	Kleinmaterial, Werkzeug: Ersatzfedern, Ersatznocken, Ersatzspitzen, Pfeilauflagen, Federnkleber, Inbusschlüssel, Schraubendreher, Wickelgarn, Zangenset, etc.		€ 80,00

Die im mittleren Bereich der Tabelle – zwischen den Doppelstrichen – angeführten Gegenstände können auch durch jeden einzelnen Sportler selbst bezogen werden. Allerdings empfiehlt es sich, eine gewisse Grundausstattung an Bögen und Ausrüstung im Verein vorzuhalten.

Nach einer „Testphase“ von ca. 6-8 Wochen sollte aber ohnehin jeder Sportler eine eigene Ausrüstung erwerben. In diesem Zusammenhang sei noch erwähnt, dass viele Bogenhändler auch ein entsprechendes Mietbogenprogramm im Angebot haben, bei dem der Bogen nebst Visier, Button und teilweise auch Stabilisierung zu einer halbjährigen Mietpauschale leihweise zur Verfügung gestellt wird. Innerhalb dieser „Mietperiode“ können (üblicherweise) jederzeit Änderungen am Material vorgenommen werden, wie z.B. Zuggewichtssteigerungen. Hierfür fallen dann nur geringe Bearbeitungs- und ggf. Versandkosten an. Dies ist insbesondere im Nachwuchsbereich sehr vorteilhaft, da hier die Bögen kontinuierlich „mitwachsen“ müssen, was bei gekauftem Material nicht oder nur sehr kostenintensiv möglich ist.

Pfeile und Schutzausrüstung müssen immer gekauft werden, diese Teile können normalerweise aber auch langfristig verwendet werden. Namhafte Bogenhändler bieten hier üblicherweise auch eine fundierte Beratung an, die genutzt werden sollte.

Darüberhinausgehende Fragen rund um das benötigte Anfängermaterial und zur Zusammenstellung einer detaillierten Liste wenden Sie sich bitte an einen Bogenhändler Ihres Vertrauens. ☺

Begriffe und Definitionen

Auch die Bogenschützen haben ein eigenes „Fach-Chinesisch“. Die nachfolgende Auflistung soll helfen, sich leichter und schneller zurecht zu finden. Sie erhebt jedoch keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird kontinuierlich erweitert/ergänzt.

Sortierung alphabetisch

A	
AMO	<i>Archery Manufacturers and Merchants Organization;</i> Das <i>AMO Standard Committee</i> definiert Normen in Bezug auf das Bogenschießen. Die Regelungen sind international gültig.
Anker	Kontaktpunkt der Zughand am Unterkiefer des Schützen im Vollauszug des Bogens. Der Anker wird auch als Fester Block bezeichnet.
Auszugslänge	Abstand vom tiefsten Punkt des Griffes bis Vorderkante Sehne am oberen Nockpunkt (= Nockboden) im Vollauszug

B	
Bewegungsablauf	Die Gesamtheit der Bewegungen, die im Zuge eines kompletten Schusses ausgeführt werden (müssen), in der erforderlichen zeitlichen Reihenfolge
Blankbogen	Disziplin beim Bogenschießen; Bogen ohne Visier, Stabilisierung, Klicker etc.
Bogenarm	Arm, mit dem der Bogen gehalten wird
Bogenhand	Hand, mit der der Bogen gehalten wird
Bogenschulter	Schulter, die dem Bogen /der Scheibe zugewandt ist
Button	(engl. Plunger) Einstellbare, bewegliche Pfeilanlage. Die Beweglichkeit wird durch eine Feder erzeugt, deren Härte durch die einstellbare Vorspannung auf den verwendeten Pfeil abgestimmt wird

C

Checker	Messhilfsmittel zur Bestimmung des Sehnenabstandes, der Nockpunktüberhöhung, des Tillers etc.
----------------	---

Compound	Disziplin beim Bogenschießen; Besondere Bauart des Bogens mit Umlenkrollen an den Wurfarm-Enden , die nach dem Flaschenzugprinzip arbeitet. Eine Visierung mit verschiedenen Hilfsmitteln (siehe Scope , z.B. mit Wasserwaage, Peep-Sight) sowie eine mechanische Lösehilfe sind zulässig.
-----------------	---

D

Druckpunkt	Kontaktstelle zwischen Bogenhand und Griff des Bogens
-------------------	---

E

Endenwicklung	Schutzumwicklung der Sehne im Bereich der Enden zum Einhängen an den Wurfarmen (Ösen)
----------------------	---

Extender	siehe Vorbau
-----------------	---------------------

F

Fester Block	siehe Anker
---------------------	--------------------

G

Griff	siehe Griffschale
--------------	--------------------------

Griffschale	Teil des Griffstücks, an dem die Bogenhand positioniert wird; meist austauschbar; Werkstoffe: meist Kunststoff oder Holz
--------------------	--

Griffstück	(engl. Riser) Mittelteil eines mehrteiligen Bogens
-------------------	--

H

I

ILF-System *International Limb Fitting System;*
Genormtes Stecksystem zur Verbindung von **Wurfarmen** und **Griffstück**

Inch (engl.) siehe **Zoll**

J

K

Klicker Am **Griffstück** angebrachte Metallzunge aus Federstahl, die auf die exakte Auszuglänge des Schützen eingestellt ist und auf den eingelegten Pfeil aufgelegt wird. Beim Erreichen der vollen Auszuglänge wird der Pfeil unter dem Klicker durchgezogen, durch das Zurückfedern des Klickers an das Griffstück wird ein „Klick“-Geräusch erzeugt, das den Lösevorgang reflexartig einleitet.

Korntunnel Teil des **Visiers**;
Der Korntunnel beinhaltet das sog. Korn, ein meist farbiger Punkt oder Kreis, der beim Zielvorgang auf das anvisierte Ziel ausgerichtet wird. Es gibt eine Vielzahl von geometrischen Formen, wie z.B. Punktkorn, Ringkorn, Balkenkorn, Kreuzkorn etc. Auch Ausführungen mit auswechselbaren Korn-Einsätzen sind im Handel erhältlich.

L

Libs	Englische Gewichtseinheit (= Englisches Pfund) Kurzzeichen: [lbs] oder [#] entspricht 453,59237 Gramm ¹⁰
Limb	(engl.) siehe Wurfarm
Limb-Safer	Schwingungsdämpfer, der auf der dem Schützen zugewandten Seite des Wurfarmes (engl. Limb) in der Nähe der Steckverbindung auf den Wurfarm aufgeklebt wird.

M

Mittenwicklung	Schutzwicklung der Sehne im Bereich des Nockpunktes
Monostabilisator	siehe Stabilisator
Mundmarke	(engl. Kisser) Markierung an der Sehne, die beim Vollauszug an den Lippen oder im Mundwinkel anliegt

N

Nockboden	Tiefster Punkt der Nocke, an dem die Sehne anliegt
Nocke	Teil des Pfeils, mit dem ein Pfeil mit der Sehne verbunden wird (= einnocken)
Nockpunkt	Markierung an der Sehne, die diejenige Position definiert, an der ein Pfeil eingelegt werden muss.
Nockpunkthöhe	Maß zwischen Unterkante oberer Nockpunkt und der Lotrechten zur Sehne durch Oberkante Pfeilauflage
Nockpunktüberhöhung	Maß, um das der obere Nockpunkt höher liegt als die obere Anlagefläche des Nocks , bezogen auf den rechten Winkel von Sehne und Pfeil

¹⁰ (Wikipedia, 2016)

O

Overdraw	<p>Maß um das die Pfeilauflage vom tiefsten Punkt des Griffes in Richtung Sehne versetzt ist.</p> <p>Eine Vorrichtung, mit der die Pfeilauflage in Richtung Sehne versetzt werden kann, wird ebenfalls als Overdraw bezeichnet.</p> <p>Werte für zulässige Overdraw-Werte finden sich in der Sportordnung des DSB</p>
-----------------	--

P

Peep-Sight	<p>Zielhilfsmittel beim Compound</p> <p>Kunststoffscheibe mit kleinem Loch (Durchblick), die in Augenhöhe in die Sehne eingearbeitet ist. Bei Vollauszug entsteht so in Verbindung mit dem Scope ein zweiter Visierpunkt (=Kimme)</p>
Pfeilauflage	<p>Hilfsmittel, auf dem der Pfeil aufgelegt wird und am Mittelteil montiert oder aufgeklebt wird.</p>
Plunger	<p>(engl.) siehe Button</p>

Q

R

Release	<p>(engl.) eigentliche Bedeutung: auslösen, loslassen, abgeben;</p> <p>Beim Bogenschießen Bezeichnung für den Lösevorgang an sich.</p> <p>Als Release wird auch die mechanische Lösehilfe beim Compound-Schießen bezeichnet.</p>
Recurve	<p>Disziplin beim Bogenschießen bzw. Bauform eines Bogens;</p> <p>die Bezeichnung kommt von der Wurfarmform, die am Ende des Wurfarms (Tip) eine der Hauptbiegerichtung entgegengesetzte „Rückwärts“-Biegung (Re-Curve) aufweist.</p>
Riser	<p>(engl.) siehe Griffstück</p>

S	
Schussfenster	Bereich bzw. Ausbauchung am Griffstück , in dem ggf. eine Pfeilauf-lage angebracht ist und der Pfeil auf- bzw. eingelegt wird
Scope	Visiertunnel mit Vergrößerungsoptik und ggf. Wasserwaage (nur für die Disziplin Compound zugelassen)
Sehne	Schnurartiger Bestandteil des Bogens, die die Wurfarmenden miteinander verbindet und die im Bogen gespeicherte Energie auf den Pfeil überträgt
Sehnenabstand	Abstand der Sehne zum tiefsten Punkt des Griffes, rechtwinklig zur Sehne gemessen
Sehnengarn	Garn aus technischem Kunststoff, aus dem die Sehne gefertigt wird. Mögliche Handelsnamen sind z.B. Dacron, Kevlar, Fast Flight, Dyneema etc.
Sehnenschatten	(Unschärfes) Bild der Sehne im Zielauge bei Vollauszug (=Positionsphase 3) sowie die Lage der Sehne im Verhältnis zum Mittelstück des Bogens
Seitenstabilisator	siehe Stabilisator
Spannhöhe	siehe Sehnenabstand
Spine	Maß für die Biegesteifigkeit eines Pfeils Messung/Ermittlung bei Alu- oder Carbon-Schäften: 2 Auflagen mit einem Abstand von 28 Zoll, mittige Belastung des Schafts mit einem Gewicht von 1,94 engl. Pfund (= 880 Gramm). Der Spine-Wert entspricht der Durchbiegung in $\frac{1}{1000}$ Zoll gemessen. (Beispiel: ein Spine-Wert 600 entspricht einer Durchbiegung von $\frac{600}{1000}$ Zoll oder 0,6 Zoll).
Spinne	(auch V-Bar) Aufnahme für Mono- und Seitenstabilisator(en); je nach Hersteller auch mit Verstellmöglichkeit für Winkel oder/und Neigung der Seitenstabilisatoren
Spline	Seite des Pfeilschaftes mit dem größten Widerstand gegen Durchbiegung; nur mit Hilfsmitteln ermittelbar

S	
Sportordnung¹¹	Gesamtregelwerk des Deutschen Schützenbundes (DSB), bindend für alle Wettbewerbe und Disziplinen, die innerhalb der Verbandsstruktur des DSB durchgeführt werden
Stabilisator	(Kurzform: <i>Stabi</i>) es wird unterschieden in: - Monostabilisator : einzeln zur Scheibe hin gerichteter Stabilisator - Seitenstabilisator (auch <i>Quer-</i> oder <i>Konterstabilisator</i>): seitlich angebrachte/r, abgewinkelt in Richtung des Schützen gerichteter Stabilisator/en. Wird beim Recurve meistens beidseitig, beim Compound meistens einseitig auf der dem Visier abgewandten Bogenseite angebracht. Mittels geeigneter Spinne (V-Bar) in Neigung und Winkel zum Monostabilisator einstellbar
Standhöhe	siehe Sehnenabstand
Stützseite	Körperseite des Schützen, mit der der Bogen gehalten und das Zuggewicht des Bogens abgestützt wird (= Körperseite des Schützen, die dem Ziel zugewandt ist)

T	
Tab	Fingerschutz aus Leder oder Kunststoff zum Schutz der Zugfinger vor der Sehne
Take-Down-Bogen	Teilbarer Bogen, üblicherweise geteilt in Mittelstück, Wurfarme und Sehne. Die Wurfarme sind mit dem Mittelstück verschraubt
Tiller	Maßeinheit: [mm] Differenz der Abstände von oberer Wurfarmtasche zur Sehne und unterer Wurfarmtasche zur Sehne, jeweils im rechten Winkel zur Sehne gemessen. Der Tiller muss aufgrund der unterschiedlichen Belastung der Wurfarme immer > 0 mm sein
Tip	Wurfarm-Ende = Bereich des Wurfarms, an dem die Sehne eingehängt wird (nicht bei Compound)
Tuning	Abstimmung des verwendeten Materials auf den Schützen

¹¹ (Deutscher Schützenbund e.V., 2021)

U

V

V-Bar	(engl.) siehe <i>Spinne</i>
Visier	Hilfsmittel am Bogen zum Zielen, das präzise eingestellt werden kann. Über angebrachte Skalen kann der eingestellte Wert abgelesen und wiederholgenau eingestellt werden. Ein Visier besteht üblicherweise aus einem Visierträger (ggf. mit Ausleger) und einem Visierschlitten, der vertikal auf dem Visierträger verschoben und arretiert werden kann. Der Visierschlitten beinhaltet das sog. Visierkorn, einen meist farbigen Zielpunkt, der horizontal präzise eingestellt werden kann.
Vorbau	(engl. <i>Extender</i>) Zwischenstück der Stabilisierung zwischen Griffstück und Spinne; verlagert den Schwerpunkt des gesamten Bogens vom Griffstück weg in Richtung Scheibe

W

Wickelgarn	Garn aus technischem Kunststoff, aus dem die Schutzumwicklungen an der Sehne gefertigt werden
Wrap	Klebefolie zur Markierung bzw. Verzierung eines Pfeilschafts im Bereich der Federn. Enthält z.T. auch Markierungen zum Anbringen der Federn
Wurfarm	(engl. <i>Limb</i>) Oberer und/oder unterer Teil eines mehrteiligen Bogens, in dem die Energie gespeichert wird und der sich beim Auszug der Sehne biegt.

X

Y

Y-Stellung	Bezeichnung für die Stellung der in der Griffschale positionierten Bogenhand
-------------------	---

Z

Zoll	(engl. Inch) Engl. Längenmaß; 1 Zoll = 25,4 mm gebräuchliche Kurzzeichen: [“], [in]
-------------	--

Zugarm	Arm, mit dem die Sehne gezogen wird
---------------	-------------------------------------

Zugfinger	Finger, welche die Sehne ziehen; üblicherweise Zeigefinger, Mittelfinger und Ringfinger
------------------	---

Zuggewicht	<p>Beim Ausziehen des Bogens aufzubringende Kraft; Einheit engl. Pfund, siehe Libs</p> <p>Die Bestimmung des Zuggewichtes ist durch die AMO festgelegt Auf allen Wurfarm-Paaren ist ein Zuggewicht angegeben, z.B.:</p> <p>23H-66“: 30# 25H-68“: 28#</p> <p>Bedeutung:</p> <p>23H oder 25H = Länge des verwendeten Griffstückes (23 oder 25 Zoll)</p> <p>66“ oder 68“ = resultierende Gesamtbogenlänge (66 bzw. 68 Zoll)</p> <p>30# oder 28# = resultierendes Zuggewicht, gemessen auf eine Auszugslänge von 26¼ Zoll zum tiefsten Punkt des Griffes (alternativ: 28 Zoll zur Griffstück-Vorderkante, je nach Hersteller)</p>
-------------------	---

Zughand	Hand, mit der die Sehne gezogen wird
----------------	--------------------------------------

Zugschulter	Schulter, die dem Ziel abgewandt ist (siehe Zugseite)
--------------------	---

Zugseite	Körperseite des Schützen, mit der die Sehne gezogen wird (= Körperseite des Schützen, die dem Ziel abgewandt ist)
-----------------	--

Literatur- und Quellenverzeichnis

- Bayerischer Sportschützenbund e.V. (2009). *Ausbildungsunterlagen des BSSB, Vereinsübungsleiter, 3. überarbeitete Auflage*. Garching-Hochbrück.
- Bayerischer Sportschützenbund e.V.; Volkland, Martina;. (April 2014). *Die ersten Schritte mit Pfeil und Bogen...* Abgerufen am 3. Februar 2015 von https://www.bssb.de/bssb/Bogensport/2014/Grundinformationen_zum_Bogensport.pdf
- Beck, C., Meine, T., & Vorderegger, D. (2014). *Das große Pfeilebuch für technisches Bogenschießen*. Koppl bei Salzburg: Voerderegger & Partner GmbH.
- Deutscher Feldbogen Sportverband e.V. und Deutscher Schützenbund e.V. (21. März 2009). *Sicherheitstechnische und bauliche Regeln für Bogenplätze*. Abgerufen am 23. Januar 2015 von http://www.dsb.de/media/PDF/Schiessstaende/Richtlinien_fuer_Bogenplaetze_2009.pdf
- Deutscher Schützenbund e.V. (2021). *Sportordnung, Grundwerk: 01.01.2021*. Wiesbaden, München: Haufe-Lexware GmbH & Co. KG.
- Haidn, O. C., Weineck, J., & Haidn-Tschalova, V. (2010). *Bogenschießen - Trainings- und bewegungswissenschaftliche Grundlagen, 2. überarbeitete und erweiterte Auflage*. Balingen: Spitta Verlag GmbH & Co. KG.
- Losse, U. (kein Datum). *Bogenschießen, Alles über Bogen und Pfeile*. Abgerufen am 10. April 2015 von www.bogenundpfeile.de: <https://www.bogenundpfeile.de/Zielscheiben/Bogenschiessen.html>
- Sellmaier, F. (kein Datum). *Kosten und Finanzierung einer Bogenabteilung*. Moosburg.
- Stauch, E., & Schindler, B. (2009). *104 Schießspiele*. Verlag Die Werkstatt.
- Ulrich, R., & Bachmann, V. (1997). *Mit System "Ins Gold"*. Hochrhein: BG Hochrhein H. & R. Ulrich.
- Wikipedia*. (04 2016). Von www.wikipedia.de abgerufen