

# ***Bogenschiessen***

- ***Geschichte des Bogenschiessen***
- ***Die wichtigsten Bogen***
- ***Die Zielscheiben***
- ***Die Haltung***
- ***Das Schiessen***
- ***ASTA-SBV***
- ***BSV Rotten***



# *Geschichte*

Pfeil und Bogen gehören zu den ältesten bekannten Distanzwaffen und wurden schon in der Steinzeit als Jagd- und Kampf Waffen bei allen Kulturvölkern benutzt. Höhlenzeichnungen aus Spanien wurden auf mindestens 15'000 Jahre geschätzt, erste Funde von Pfeilschäften in Deutschland sind auf 9'000 Jahre v.Chr. datiert.

Bei den ersten Olympischen Spielen 776 v.Chr. mussten angebundene Schweine als Zielscheibe herhalten. Besonders in England wurden Pfeil und Bogen noch im 16. Jahrhundert im Kampf benutzt. Die Benutzer dieser Waffen stellten fest, dass nur durch häufiges Trainieren auch die Zielsicherheit größer wurde. Daher wurden schon immer gerne Vergleichswettkämpfe veranstaltet.

# *Trendsport*

## *Bogenschießen*

Die spezielle Faszination des Bogenschiessens bleibt ungebrochen. Trotz der hochmodernen und technologisch so interessanten Bögen kommt es beim Bogenschiessen neben dem Training auch auf das **koordinierte Zusammenspiel von Kraft, Geschicklichkeit, Konzentrationsfähigkeit und technischem Gespür für die individuelle Ausrüstung an.**

Von der Anfänger- bis zur Profiausrüstung liegen nicht nur Welten an verschiedenartigstem Equipment, sondern auch Tausende von Franken, denn für das edelste und beste Material muss der Sport-Bogenschütze schon mal ganz schön tief in die Tasche greifen.

Das heisst, ab Fr. 700.-- aufwärts.

# *Bogenart*

**Recurve**



# *Bogenart*

Compound



# *Bogenart*

Longbow



# Zielscheiben

## Erste Zielscheiben

Um ca. 776 v. Chr. Mussten angebundene Schweine als Zielscheiben erhalten.

Im 16. Jahrhundert schoss man auf Kürbisse und Melonen.



## Heutige Zielscheiben

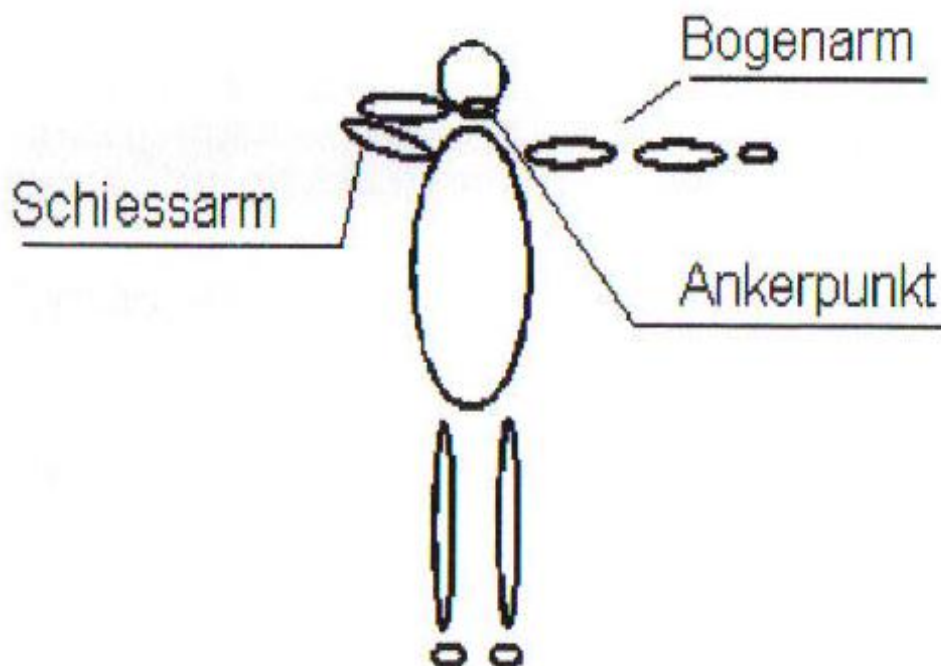
Heute schießt man auf Scheiben aus gepresstem Stroh oder auf Zielscheiben aus Kunststoff. Zudem gibt es spezielle Parcours in denen Kunststoff-Tiere als Zielscheiben dienen.



# Die Haltung

Wenn der Schütze sich hinstellt, achtet er auf einen bequemen, sicheren Stand. Spreizt die Beine etwas, aber so, dass er einen guten und angenehmen Stand hat.

Der Rücken sollte auch beim ziehen des Bogens gerade bleiben. Ist dies nicht der Fall, könnte es sein, dass der Bogen zu viel Zuggewicht hat (ÜBERANSTRENGUNG, spätere KÖRPERSCHÄDEN).





# ***Das Schiessen***

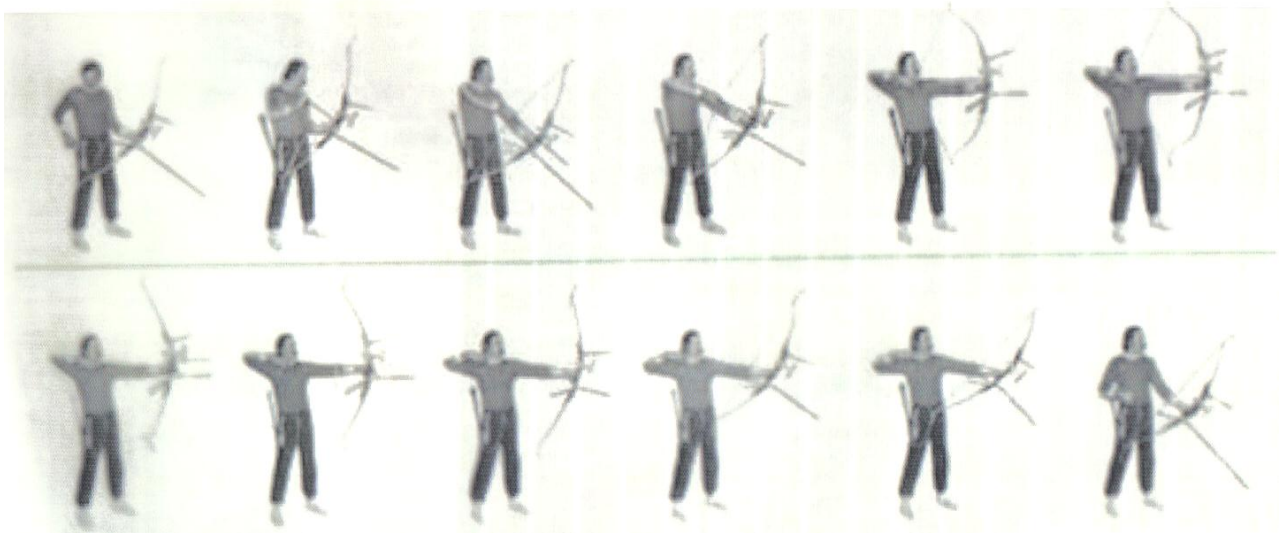
Die **Linkshänder** halten den Bogen in der rechten Hand (also ist für die Linkshänder die rechte Hand die Bogenhand) und sie schießen mit der linken Hand. (also ist es logisch, dass die linke Hand die Schiesshand ist.)

Die **Rechtshänder** halten den Bogen in der linken Hand und schießen mit der rechten Hand. Darum sind bei den Rechtshändern die Bogenhand links und die Schiesshand rechts.

**„Schiess nur gegen Dich selbst“**. Das ist eine wichtige Voraussetzung, um gute Resultate zu erzielen. Das heisst nicht schauen was die Anderen schießen, sondern sich nur auf seine Zielscheibe zu konzentrieren.

Die Scheibe ist der „Spiegel“.

# *Schiessablauf*



1. Pfeil nehmen und einspannen
2. richtige Körperhaltung einnehmen  
(aufrechter - gerader Oberkörper)
3. die Sehne nach hinten ziehen und dabei den Kopf nicht mehr bewegen!
4. immer gleich Zielen
5. Pfeil loslassen und nachschauen
6. den Bogen nach Vorne fallen lassen

# ASTA - SBV

- seit 1953
- 8 Kantonalverbände
- 88 Klubs in der Schweiz
- 7 Klubs im Wallis
- 2 Klubs im Oberwallis



- seit 2008
- 22 Mitglieder
- Internationales Turnier in Gampel
- Bogengeschäft in Gampel
- ...

**Bogenschiessen . . .  
das ist Hobby & Sport für Sie und Ihn,  
für jung und alt!**