



Camburger Bogenschützen e.V.

www.camburger-bogenschuetzen.de

Dr. med. Rudolf Wolter, Meisterei 22, 07774 Dornburg-Camburg

e-mail: info@camburger-bogenschuetzen.de



Merkblatt

Materialpflege und „Tuning“

Liebe Mitglieder und Eltern unserer Vereinsjugend!

Mit diesem Merkblatt wollen wir euch eine Hilfe an die Hand geben, euer Material bzw. das eure Kinder in gutem Zustand zu halten. Damit ein Schütze die Chance auf einen guten Schuss hat, muss das Material aufeinander abgestimmt sein und sich immer gleich verhalten.

Wichtige Faktoren dabei sind:

- 1.) Biegesteifigkeit des Pfeils (Spinewert)
- 2.) Pfeilgewicht, Pfeillänge, Befiederung
- 3.) Standhöhe des Bogens
- 4.) Lage des Nockpunktes
- 5.) Der richtige Sitz der Nocken auf der Sehne

All diese Faktoren müssen beim Schießen immer gleich sein. Sonst klappt es nicht.

Pfeile:

Alle Pfeile müssen gleich sein (gleiches Fabrikat, gleicher Spinewert, gleiche Länge, gleiche Spitzen. Wenn ein Pfeil zum Beispiel wegen einer Beschädigung um einige Zentimeter gekürzt wird, dann ändert sich seine Steifigkeit und sein Gewicht. Damit ändert sich auch sein Flugverhalten.

Jeder Schütze braucht im Training sechs identische Pfeile.

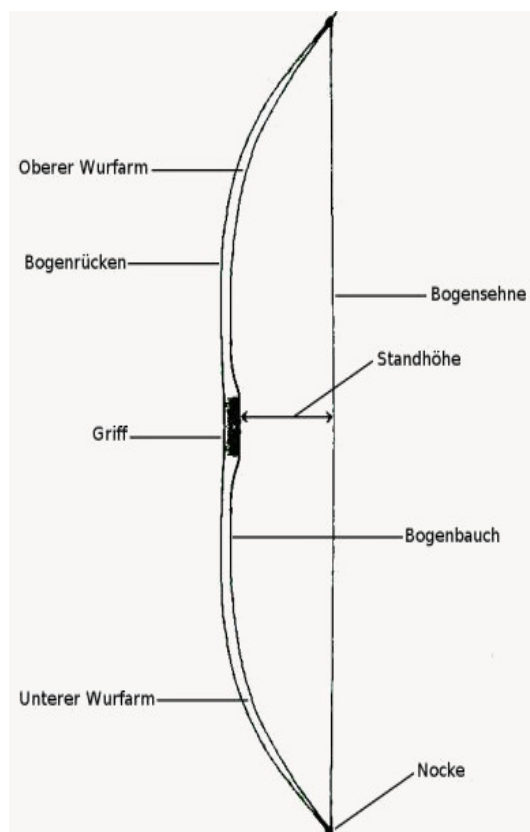
Standhöhe:

Die Standhöhe ist der Abstand zwischen dem tiefsten Punkt des Griffstücks und der Sehne. Für die Bögen im Kinder- und Jugendtraining empfehlen wir 7 Zoll (17,5 cm).

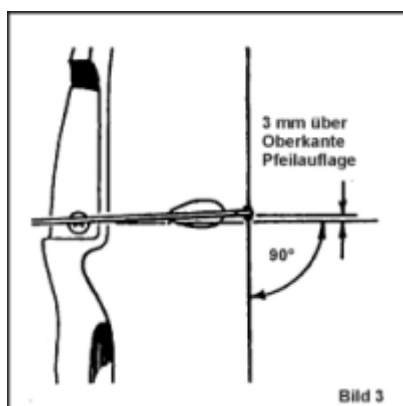
Ändert sich die Standhöhe, dann ändert sich auch das Wurfverhalten des Bogens.

Die Standhöhe beeinflusst man durch Eindrehen der Sehne. Jedes Mal, wenn die Sehne vom Bogen abgenommen wird oder herunterrutscht, kann sie sich aufdrehen. Damit verändert sich die Standhöhe und müsste bei jedem neuen Aufspannen wieder neu eingestellt und nachgemessen werden. Das ist unnötig umständlich.

Wenn die Standhöhe einmal richtig eingestellt ist, dann verhindert man einfach durch das Anbringen eines Endenschutzes am unteren Wurfarm, dass die Sehne vom Bogen heruntergleiten kann. So verändert sich auch die Standhöhe nicht mehr. Optimal ist die zusätzliche Verwendung eines Sehnenhalters. Aber das vergessen die Kinder meistens!



Nockpunkt:



Man braucht einen gleich bleibenden Nockpunkt um akkurat schießen zu können. Die genaue Höhe hängt auch von Griff- und Schusstechnik ab. Man verwendet dafür meist Messingringe. Wir helfen euch gern bei der richtigen Einstellung. Aber auch hier gilt: der Nockpunkt muss immer gleich sein und verändert sich, wenn sich Standhöhe oder Sehnenlänge verändern. Neue Sehnen geben manchmal etwas nach. Deshalb muss der Sitz des Nockpunktes regelmäßig überprüft werden.

Im Zweifelsfalle sollte der Nockpunkt lieber zu hoch, als zu tief sein. Sonst „reitet“ der Pfeil:



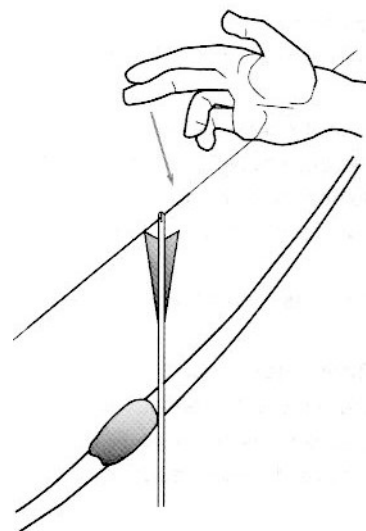
Das passiert, wenn der Nockpunkt zu tief sitzt!

Der Sitz des Pfeiles auf der Sehne:

Die Nocken müssen sicher, aber nicht zu fest auf der Sehne sitzen. Wenn der Pfeil zu fest sitzt, dann verursacht das einen schlechten Pfeilflug. Wenn der Pfeil zu locker sitzt, dann besteht die Gefahr, dass er beim Abschuss versehentlich von der Sehne rutscht. Manchmal lassen sich die Nocken etwas anpassen. Meist ist es aber klüger, die Sehne so zu wählen, dass sie zu den Nocken passt. Auch die Mittelwicklungen der Sehnen lassen sich anpassen. Wenn die Sehne zu dünn ist, dann kann man sie z.B. mit Zahnseide etwas dicker machen. Sprecht uns darauf an, wenn ihr Probleme habt. Es gibt Leute im Verein, die sich damit sehr gut auskennen gerne helfen.

Ein einfacher Test:

Lege den Pfeil ein und halte den Bogen dann so, dass der Pfeil mit der Spitze nach unten hängt. Wenn der Pfeil jetzt schon herunterfällt, ist die Nocke zu lose. Bleibt der Pfeil hängen, schlägst du mit dem Mittel- und Zeigefinger leicht aber schnell auf die Sehne neben der Nocke. Jetzt muss der Pfeil abfallen. Bleibt er hängen, dann sitzt er zu fest.



Wer mehr wissen will, dem empfehle ich

„Praktisches Handbuch für traditionelle Bogenschützen“ von Hillary Greenland.

Folgendes Material muss jeder Schütze mindestens immer dabei haben:

- Bogen mit Bogenendeschutz und Pfeilauflage
- Armschutz
- Spannschnur
- Fingerschutz (Auf Sehne, Tab oder Handschuh)
- Köcher
- 6 identische Pfeile

Beratung, Materialbeschaffung, Einkauf

Wir empfehlen als Einsteigerset:

- Bogen, Sebastian Flute Sportbogen mit Bogenendeschutz und vernünftiger Pfeilauflage fertig eingestellt 85,00 Euro
- Einfacher Armschutz 8,00-10,00 Euro
- Spannschnur 7,00 Euro
- Fingerschutz, einfacher auf der Sehne bei kleiner Zugstärke 3,00 Euro. Tab 5-15,00 Euro, Handschuh 15-25 Euro
- Einfacher Seitenköcher 7,00 Euro, sinnvoller ist ein Holsterköcher 20,00 Euro
- Pfeile, Komplettpeil Carbon Easton Inspire mit Protectorspitze je 7 Euro. 6-12 Stück sind zu empfehlen
- Optionales Equipment, Sehnenchecker und Nockpunktzange zusammen 15,00 Euro

Für die Beschaffung von Pfeilen, Bögen oder kompletten Einsteigersets könnt Ihr Euch gerne an unseren Sportwart wenden, von dem Ihr die Sachen Schussfertig eingestellt bekommt:

Martin Reuter

Tel: 0177-1766782

E-mail: martin@varanus-reuteri.de

An **Bogensportfachgeschäften** empfehlen wir ansonsten:

Den Bogenladen Leipzig (Mike Ott):

www.bogenladen-leipzig.de

Das Bogensportcenter in Könitz (Familie Todtenhöfer)

www.bogencenter.de

Denkt daran, dass gerade in der Anfangszeit persönliche Beratung und Sachverstand extrem wichtig sind. Vorsicht bei verlockenden Internetangeboten! Wir raten vor allem von billigen fertig-Sets ab.

Euer

Rudolf Wolter,
1. Vorsitzender Camburger Bogenschützen e.V.

E-Mail: dr.rudiwolter@t-online.de

Quellen: Einige Passagen und ein Bild habe ich frech abgeschrieben aus „Praktisches Handbuch für traditionelle Bogenschützen“ von Hillary Greenland. Verlag Angelika Hörnig