

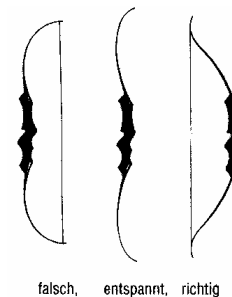
## Anleitung zum Bogenschießen

### Achtung!

Lesen und beachten Sie bitte diese Anleitung zum Bogenschießen und die Vorsichtsmaßnahmen genau. Kinder bedürfen der ständigen Aufsicht durch Erwachsene.

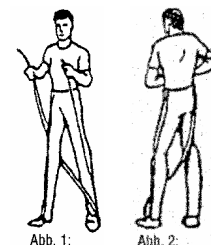
### Jeder Benutzer muß die nachstehenden Regeln lesen, verstehen und befolgen:

1. Schießen Sie nie auf Menschen oder Tiere. Erlauben Sie auch niemals jemandem, ein Ziel für Sie zu halten.
2. Vergewissern Sie sich, dass niemand vor oder neben dem Bogenschützen steht, während der Bogen gespannt oder abgeschossen wird. Stellen Sie sicher, dass alle Personen hinter dem Bogenschützen stehen.
3. Schießen Sie nur auf das Ziel. Versuchen Sie erst Schüsse aus näherer Entfernung, bis Sie sich an Ihren Bogen gewöhnt haben.
4. Benutzen Sie nie ein Ziel, das den Pfeil nicht aufhalten kann.
5. Sorgen Sie immer dafür, dass auf der Fläche hinter dem Ziel eine Auffangvorrichtung vorhanden ist und dass sich dort niemand aufhält. Stellen Sie sicher, dass die Fläche hinter dem Ziel frei von Gegenständen ist, von denen der Pfeil abprallen und seine Richtung ändern könnte.
6. Verwenden Sie nur Zielscheiben, die auf dem Boden stehen oder nahe über dem Boden, so dass man den Pfeil nicht aufwärts schießen muss. Wir empfehlen die Verwendung von Zielscheiben aus unserem Haus, die es in verschiedenen Größen und Materialien gibt.
7. Schießen Sie nie senkrecht nach oben.
8. Benutzen Sie nie Pfeile die zu kurz sind.
9. Erlauben Sie niemandem, Pfeile zurückzuholen, bevor alle Pfeile abgeschossen sind.
10. Vergessen Sie nie: Erst gucken, bevor man schießt.
11. Benutzen Sie immer Finger- und Armschutz
12. Spannen Sie die Sehne ordnungsgemäß auf den Bogen.
13. Ersetzen Sie sofort die Sehne des Bogens, wenn sich Schäden (z.B. Abnutzungserscheinungen, Spannungsverlust oder Ausfransen) erkennen lassen. Nehmen Sie auf keinem Fall Veränderungen an den Sehnen vor.
14. Benutzen Sie nie einen beschädigten Bogen oder beschädigte Pfeile. Untersuchen Sie Bogen und Pfeile regelmäßig auf Abnutzungserscheinungen wie Sprünge, Risse oder Splitter. Falls Sie irgendeinen Schaden feststellen, dürfen Sie diese Pfeile bzw. den Bogen nicht mehr benutzen.



### Das Spannen des Bogens (Anleitung gilt für Rechtshänder)

1. Haken Sie die Sehne am Ende des unteren Bogenarmes so ein, dass die Sehne vor der Bogenvorderkante verläuft.
2. Fassen Sie das lose Ende der Sehne mit der linken Hand. Mit der rechten Hand umfassen sie den Bogen von hinten, kurz unter dem Ende des oberen Bogenarmes. (Abb. 1)
3. Die Krümmung am Ende des unteren Bogenarmes muss außen am linken Fußknöchel anliegen.
4. Treten Sie mit dem rechten Fuß so über den Bogen, dass die Innenseite des Bogens sich an der Rückseite des rechten Oberschenkels befindet. (Abb. 2)
5. Drücken Sie leicht mit der rechten Hand gegen den Bogen.
6. Heben Sie die linke Hacke vom Boden, beugen Sie das Knie und durch Vorwärtsdruck mit der rechten Hand biegen Sie den Bogen leicht und natürlich. Die beiden Bogenarme müssen gleichmäßig gebogen werden. Haken Sie die Sehne am Ende des oberen Bogenarmes ein und nehmen dann den Druck leicht zurück. (Abb. 3)
7. Kontrollieren Sie, ob die Sehne ordnungsgemäß sitzt, bevor Sie den restlichen Druck wegnehmen. Um die Sehnen zu entspannen, machen Sie alles in umgekehrter Reihenfolge. Es ist sehr sinnvoll, den Bogen mehrmals zu spannen und zu entspannen, bis man den Vorgang leicht und automatisch durchführen kann. Außerdem sollten Sie immer die Sehnen aus dem Bogen nehmen, wenn Sie das Schießen beendet haben.
8. Das Spannen und Entspannen des Bogens sollte nur durch Erwachsenen, jedenfalls unter Aufsicht Erwachsener erfolgen.
9. Bitte beachten Sie, dass Sie die Beschriftung des Bogens im gespannten Zustand anschaut. D.h. zwischen Sehnen und Bogen.
10. Es ist auf jeden Fall zu vermeiden, dass auf den unteren Tip Druck ausgeübt wird, wie zum Beispiel den Bogen auf den Boden stellen, um diesen durchzudrücken so dass die Sehne auf- oder abgenommen werden kann. Dies kann zu Beschädigungen des Tips führen, bei Rattanbögen kann dieser brechen. Garantieleistungen sind bei diesen Schadensbildern ausgeschlossen.



## Der Pfeil

- Die Pfeillänge ist für jeden Menschen individuell verschieden. Sie richtet sich nur nach der Armlänge des Schützen. Es ist wichtig, die richtige Pfeillänge zu kennen und zu schießen. Sind die Pfeile, mit denen Sie schießen zu lang oder zu kurz kann der Bogen nicht die volle Leistung bringen. Die Pfeillänge wird in Zoll/Inches gemessen (1" = Zoll/Inch = 2,54 cm). Strecken Sie den linken Arm nach links aus und messen Sie den Abstand von Kinnspitze bis zum 2. Daumengelenk. Dieses Maß ist Ihre persönliche Pfeillänge für das Sport- und Turnier-Schießen.
- Der Pfeil hat drei Steuerfedern. Die Index-Feder ist meist durch eine andere Farbe gekennzeichnet. Die Pfeilnocke hat die Nockenkerbe so angebracht, dass die Index-Feder nach links zeigt (bei Rechtshändern). Die Federn gleiten dann beim Schießen ungehindert am Bogen vorbei. (Abb.4)

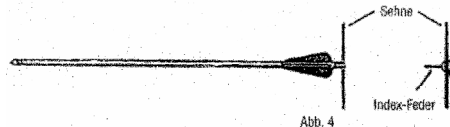


Abb. 4

## Das Auflegen des Pfeils

Setzen Sie die Nockenkerbe auf die Sehne. Achten Sie darauf, dass die Nockenkerbe ganz auf der Sehne sitzt. Der Pfeil muss im rechten Winkel zur Sehne stehen. (Abb.5)

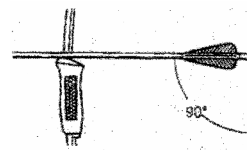


Abb. 5

## Armschutz

Tragen Sie immer einen Armschutz an dem Arm, mit dem Sie den Bogen halten. Er soll die Innenseite des Unterarms vor der Sehnen schützen. (Abb.6)



Abb. 6

## Fingerschutz

Der Fingerschutz verhindert, dass die Sehnen beim Abschießen des Pfeils Ihre Finger wund scheuert.

Hier können Sie einen so genannten Tab, siehe (Abb. 7), oder besser einen Schießhandschuh verwenden.



Abb. 7:

## Das Halten von Sehnen und Pfeil

Krümmen Sie die drei mittleren Finger bis zum ersten Fingergelenk um die Sehne. Legen Sie die Kuppen des kleinen Fingers und des Daumens aneinander. (Abb. 8)

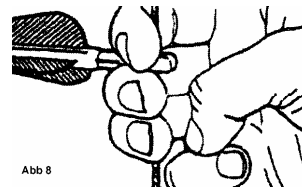


Abb 8

## Schießstellung und Zielen

- Stellen Sie sich im rechten Winkel zum Ziel. Rechtshänder haben die linke Schulter in Richtung auf das Ziel, Linkshänder die rechte.
- Denken Sie sich eine Linie von Ihrer linken Schulter zum Ziel. Sie sollten sich kurz hinter die gedachte Linie stellen.
- Halten Sie den Bogen in der linken Hand. Strecken Sie den linken Arm in Richtung Ziel aus, und sehen Sie auf das Ziel. Der Kopf ist in natürlicher Haltung. Für Linkshänder gilt diese Angabe natürlich in umgekehrtem Sinn.
- Legen Sie den Pfeil auf der linken Seite des Bogens an. Wobei die anders farbige Feder (Index - Feder) nach links zeigt. Linkshänder legen den Pfeil auf die rechte Seite des Bogens auf.
- Stecken Sie den Pfeil auf die Sehne.
- Spannen Sie die Sehne mit den mittleren drei Fingern Ihrer rechten Hand. Der Pfeil liegt zwischen Zeige - und Mittelfinger. Halten Sie den Bogen leicht schräg. Rechtshänder kippen den Bogen leicht nach rechts; Linkshänder leicht nach links. (Abb. 8) Versuchen Sie nicht, den Pfeil mit der linken Hand am Bogen festzuhalten.
- Ziehen Sie die Sehne an Ihr Gesicht. Richten Sie den Pfeil auf das Ziel und lassen Sie die Sehne los. Lassen Sie sich beim zielen Zeit, bevor Sie den Pfeil fliegen lassen. (Abb. 9)
- Schießen Sie nie "trocken", d.h. ohne Pfeil, denn das beschädigt Bogen und Sehne.



Abb. 9:

## Das Ziel

Die Zielscheibe soll nur nahe über dem Boden angebracht werden. Sie soll aus einem Material bestehen, welches das Eindringen des Pfeils erlaubt, ihn festhält, nicht abprallen lässt und nicht beschädigt. Diesen Anforderungen entsprechen die Zielscheiben aus unserem Haus, die in verschiedenen Größen und Materialien mit zugehörigen Zielscheibenständern erhältlich sind.

Pfeile und Bögen sind von hoher Qualität und aus Naturmaterialien hergestellt.