

# Mit Pfeil und Bogen

## Grundkurs bei den Langenpreisinger Bogenschützen

**Langenpreising.** (sy) Das Bogenschießen ist eine sehr vielfältige und abwechslungsreiche Sportart für Jung und Alt, bei der es vor allem auf das richtige Erlernen und Ausführen der Bewegungsabläufe, die nötige Konzentration und Fokussierung auf das Ziel, sowie ausreichende Kraft ankommt. Bogenschießen ist heutzutage vor allem aber auch für viele Schützen ein Ausgleichssport für den oft hektischen und stressigen Arbeitsalltag.

Beim Bogenschießen kann man abschalten und fokussiert sich nur auf eins: „Alle ins Gold.“ Das Bogenschießen kann als echter Breitensport bezeichnet werden, da es von Kindern und Jugendlichen bis ins hohe Alter ausgeführt werden kann. Ideal geeignet daher auch für sehr lebhaft Kinder. Um neue Mitglieder für den Bogensport zu begeistern und zu akquirieren, veranstalteten die Langenpreisinger Bogenschützen am vergangenen Wochenende einen dreitägigen Grundkurs in der Bogenhalle, bei dem alle theoretischen und praktischen Grundlagen des Bogenschießens vermittelt wurden.

### *Von der Theorie bis zur Praxis*

Dem Aufruf waren insgesamt 14 Teilnehmer gefolgt. Mit Guido und Alex Höfer standen zwei hauptamtliche Trainer zur Verfügung, die von Johannes und Sabrina Zwiebelhofer sowie Stefan Schauer unterstützt wurden. Am Freitagabend gab es zunächst eine theoretische Einführung, worin die Teilnehmer mit Pfeil und Bogen bekannt gemacht wurden. Nach einer Sicherheitseinweisung wurde der grundsätzliche Schussablauf dann zunächst mit dem Terraband geübt. Es folgten Übungen zur Bewegung und



Bei dem dreitägigen Grundkurs wurden den 14 Teilnehmer die Grundlagen des Bogenschießens in Theorie und Praxis vermittelt. Foto: Peter Stadler

der Körperhaltung, um das Geschoss auf die ideale Flugbahn zu bringen und Fehler zu vermeiden.

Am Samstag ging es mit dem Recurve-Bogen zum Übungsschießen an die Zielscheiben. Am Sonntag durften die Bogenschützen dann bei einem kleinen Turnier ihre Treffsicherheit unter Beweis stellen. Zum Ausklang konnte man sich noch mit Gegrilltem stärken und über das Erlernte fachsimpeln.

Sowohl die Teilnehmer als auch die Trainer zogen ein sehr positives Resümee. „Der Grundlagenkurs ermöglicht den Teilnehmern nunmehr

als aktives Mitglied am Training teilzunehmen.“ Trainingsmöglichkeit in der Bogenhalle besteht immer mittwochs und freitags von 18 bis 20 Uhr. Der Bogenpark an der Deutlmooser Straße kann jederzeit genutzt werden. Für Neumitglieder stehen Leihgeräte zur Verfügung. Da dem Verein die Jugendarbeit sehr am Herzen liegt, würde man bei ausreichendem Interesse ein Jugendtraining anbieten. Weitere Informationen findet man auf der Internetseite der Langenpreisinger Sportschützen, die derzeit gerade aktualisiert wird.