



Bogensport - Freunde - Dreiländereck e.V.

Vertreten durch Dieter Fischer, Am Tischligweg 22, 79588 Efringen-Kirchen

Grundausrüstung Recurveausrüstung

Grün markiert = unabdingbar

Rot markiert = für die Zukunft je nachdem wohin die Reise bogentechnisch hingeht (Olympisch Recurve, Blank, Primitiv usw...)

Blau = erleichtern das Schützen/innen leben enorm

- 1. Mittelteil** (Für den Anfang ist ganz klar ein Leihbogen zu empfehlen)
- 2. Wurfarme** (Sind im Leihbogen inbegriffen, beim Zuggewicht lieber 2-4 lbs weniger um eine saubere Technik lernen zu können. Es sollten im training mindestens 120 -140 Wiederholungen (Schüsse) gemacht werden können ohne gross überfordert zu sein.)
- 3. Sehne** (Ob endlos Sehne oder flämisch gespleisste Sehne ist persönlicher Geschmack)
- 4. Pfeilauflage** (eine einfache Klebeauflage reicht für den Anfang, bin der Meinung das beim Leihbogen eine montiert ist, eventuell an eine Ersatz denken, diese halten nicht ewig)
- 5. Button**
- 6. Visier** (Unsere Empfehlung (Vereinseitig) geht ganz klar zum Visier das hat den selben Grund wie bei dem Zuggewicht, man kann sich besser auf die Technik, wie Ankern, Lösen die das A und O sind konzentrieren)
- 7. Stabilisatoren**
- 8. Klicker**
- 9. Bogenständer** (Selbsterklärend der Bogen muss nicht am Boden abgelegt werden)
- 10. Spannschnur** (Nicht überall ist eine schöne Spannvorrichtung wie bei uns auf dem Bogenplatz vorhanden, dann wird es für den Anfänger extrem schwierig die Sehne zu montieren ohne die Wurfarme zu verdrehen, ein verdrehter Wurfarm ist DEFEKT und muss ausgetauscht werden.)
- 11. Checker / Sehnenmaßstab** (Zur Kontrolle der „Standhöhe“ Abstand Sehne zum tiefsten Punkt im Mittelteil, hier leistet auch ein gekürzter Meterstab gute Dienste, einfach das erste Element sauber „abbrechen“)
- 12. Fingerschlinge** (Der Bogen sollte während des ganzen Schusses locker in der Hand liegen, finger nicht geschlossen, um zu verhindern das der Bogen nach dem Schuss nicht zu Boden fällt gibt es die Fingerschlingen, günstigste Variante ein Schnürsenkel je breiter der Schnürsenkel desto angenehmer ist er zu tragen)
- 13. Armschutz** (Hilft Schmerzen zu verhindern beim gelegentlichen anschiessen, wird gerade am Anfang immer wieder passieren)
- 14. Fingertab** (Schützt die Finger , ob einfacher Felltab oder Fingertab mit Ankerplatte ist persönlicher Geschmack)
- 15. Köcher** (Pfeile sind sicher verstaut)
- 16. Pfeile** (Mindestens 6 Pfeile, mehr geht immer, würde am Anfang aber nicht mehr wie 7 oder 8 kaufen da bei Erhöhung des Zuggewichtes auch die Pfeile mit getauscht werdend sollten, der Pfeil wird auf den Schützen (Länge) und Bogen (Spinewert) abgestimmt)
- 17. Pfeilzieher** (erleichtert das ziehen der Pfeile enorm, gerade wenn das Zuggewicht erhöht wird, und die Pfeile zum Teil recht tief in der Scheibe stecken)
- 18. Bogentasche** (Selbsterklärend damit alle einfach verstaut und transportiert werden kann, ob Rucksack, Koffer oder Tasche liegt wieder im persönlichen Geschmack)