

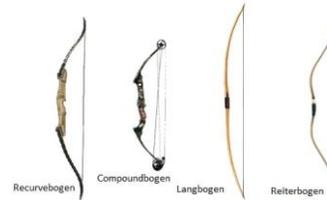
Geschichte des Bogenschiessens

- Ursprung liegt in der Jagd
- Im Mittelalter Verwendung in Kriegen
- Seit Beginn des 20. Jh. Bogenschiessen als Sport
- Seit 1972 olympisch



2

Die Bogenarten



3

Punkte beim Bogenschiessen



Weisser Ring: 1 oder 2 Punkte

Schwarzer Ring: 3 oder 4 Punkte

Blauer Ring: 5 oder 6 Punkte

Roter Ring: 7 oder 8 Punkte

Gelber Ring: 9 oder 10 Punkte



4

Ablauf Bogenschiessen lernen

- Schritt 1
 - Grundtechnik
 - Umgang mit Pfeil und Bogen
- Schritt 2
 - Kraftaufbau
 - Bogen mit höherem Zuggewicht ziehen
- Schritt 3
 - Techniktraining
 - Bewegungsablauf verbessern und automatisieren
- Schritt 4
 - Perfektionierung
 - Schusstechnik in Teilschritten stetig verbessern



5

