

# Bogensport

## Der Bogensport in Hamburg wächst unaufhaltsam:

### 1200 Aktive in 30 Vereinen

Der Bogensport ist die Sparte, in der das Schützenwesen seine größten Zuwachsraten zu verzeichnen hat. Mittlerweile trainieren in Hamburg und dem Umland regelmäßig 1200 Bogenschützen in 30 Vereinen. Das Gros übt den Sport zum Spaß an der Freunde aus. Rund 10 Prozent der Schützen stellen sich aber regelmäßig auch sportlichen Herausforderungen auf Vereins-, Kreis- und Landesmeisterschaften sowie Freundschaftsturnieren. Doch auch im „Großen Sport“ ist der Schützenverband Hamburg und Umgegend gut aufgestellt. Bei nationalen und internationalen Turnieren sind seit Jahren regelmäßig Bogensportler aus Hamburg mit unter den Top Ten.

Dass Bogenschießen viel mehr ist als nur ein Sport, bestätigt wohl jeder, den das Bogen – Fieber einmal gepackt hat: Bogenschießen ist Philosophie, ist Weltanschauung. Bogenschießen ist ein leiser, ein eleganter Sport, faszinierend durch seinen Anmut und die scheinbare Leichtigkeit, schlicht: Schön anzusehen und auch auszuführen. Steht der Schütze im Auszug und wirkt mit seinen Muskeln den Kräften des Bogens entgegen, müssen Körper und Geist vollständig zur Ruhe kommen. Ruhig in voller Konzentration im Ziel steht der Bogenschütze... und löst seinen Pfeil. Hält weiter seine Körperspannung, fühlt der Bewegung nach, hört seinen Pfeil auf der Scheibe einschlagen und weiß schon bevor er das Geräusch hört, der Pfeil war gut – oder eben auch nicht. Ein guter Schütze fühlt die Qualität seines Schusses in dem Moment, wenn der Schuss sich löst, lange bevor das Ergebnis vorne auf der Scheibe zu sehen ist.

Bogenschießen ist eine sehr altersunabhängige Sportart: Von acht bis achtzig trainieren die großen und kleinen Schützen Generationen übergreifend gemeinsam in den Vereinen, helfen sich gegenseitig, unterstützen sich, denn Fair-Play und ein gute Miteinander wird unter Bogenschützen groß geschrieben. So sieht und hört man es auf allen Turnieren und Bogenplätzen: Bogenschützen begrüßen sich per Handschlag und nennen sich beim Vornamen, egal wie jung, egal wie alt, Weltmeister und Anfänger, alle zusammen sind sie eine große Familie – und stolz darauf.

Aber nicht nur in der Ausführung, sondern auch im Erlernen ist der Bogensport altersunabhängig. Uns so mancher „Spätzünder“, der oder die erst in der zweiten Lebenshälfte zum Bogensport gefunden hat, startet heute noch erfolgreich bei Deutschen Meisterschaften. Da der Bogen keine keine Waffe sondern ein Sportgerät ist, können schon kleine Kinder im Alter von sieben bis acht Jahren auf spielerische Weise mit dem Bogenschießen beginnen, sobald die körperlichen und mentalen Voraussetzungen es zulassen.

In den Vereinen, die Bogensport anbieten, ist man bestens auf Neueinsteiger eingestellt. Wer das Bogenschießen probieren möchte, muss sich nicht gleich eine eigene Ausrüstung anschaffen, für die Anfänger stehen in den Vereinen Bögen bereit.

## Gründung einer Bogensportabteilung

### Informationen und Veranstaltungsangebot

Ihr möchtet in Eurem Verein eine Bogenabteilung gründen? Eine tolle Idee!

Bogenschießen erfreut sich immer größerer Beliebtheit und ist die Trendsportart, die dem Schützenwesen große Zuwachsraten beschert. Bogenschießen fördert und fordert Körper und Geist gleichermaßen. Ein optimaler Einstieg in den Bogensport ist meist der Beginn einer lebenslangen Faszination, die einen nie wieder loslässt...

Aber auch wenn die Aussichten auf eine prall gefüllte Bogenabteilung locken, weil der Bogen keine Waffe sondern ein Sportgerät das schon für Kinder ab acht Jahren geeignet ist, sollte nicht vergessen werden: Bogenschießen ist eine sehr anspruchsvolle Sportart. Sie stellt hohe Anforderungen an die Koordination und Motorik. Man kann nicht Mal eben so nebenbei Bogen-schießen lernen oder gar lehren. Und vor allem darf der Spaß nicht zu kurz kommen... Die Ver-mittlung von Bogenschießen erfordert Sach- und Fachkenntnis. Denn Auswirkungen, wie schmerzende Schultergelenke und Arme oder einfach nur Frust, die durch eine falsche

Technik, falsches Material oder Überforderung verursacht werden können, beenden den Spaß sonst auch ganz schnell und Eure mit Mühe gewonnenen neuen Mitglieder wären ebenso schnell wieder weg.

Die erfolgreiche Neugründung einer Bogenabteilung ist im hohen Maße von Erfahrung, Qualifikation und Fachwissen abhängig, dass sich kein Anfänger nebenbei aneignen kann. Es ist nicht nur den neu geworbenen Vereinsmitgliedern gegenüber unsportlich, sie mit einem Übungsleiter zu konfrontieren, der mit seiner Aufgabe überfordert ist. Auch für den Übungsleiter selbst ist das eine viel zu große Bürde, wenn er nicht die Chance hat, in der nötigen Zeit in seine verantwortungsvolle Aufgabe hinein zu wachsen.

Nachwuchstrainer aus eigenen Reihen sind der beste Garant für eine kontinuierliche Arbeit im Sinne des Vereins. Doch in Eigenregie sollten sie diese verantwortungsvolle Aufgabe erst dann übernehmen, wenn sie in der Lage sind, den Schützen und die gesamte Gruppe einzuschätzen, zu korrigieren, zu betreuen und vor allem auch zu motivieren. Hinzu kommt die Aufgabe des Trainers als Materialwart. Ein Vereinstrainer muss in der Lage sein, seinen Bogenschützen bei der Auswahl und dem Anpassen (Grob- und Feintuning) des Bogens und Zubehörs zu unterstützen. Und all diese trainingspezifischen, pädagogischen und das Material betreffenden Alltagsaufgaben lernen die Nachwuchstrainer am besten in der Obhut eines erfahrenen Trainers und Bogenschützen.

Darum sollte ein Verein, der über die Gründung einer Bogenabteilung nachdenkt auch nachrechnen, ob das Budget ausreicht, um für ein oder besser sogar zwei Jahre einen erfahrenen Bogentrainer für ein bis zwei Stunden wöchentlich zu beschäftigen. Das wäre neben der Anschaffung von zweckmäßigem Material die sinnvollste Investition in die Zukunft Eurer künftigen Bogensparte!

Und jetzt zum Material, dass Ihr zum Aufbau Eurer Bogensparte benötigt: Für die ersten Schritte im Bogensport reicht es aus, wenn der Verein seinen künftigen Bogenschützen eine Auswahl an günstigen Trainingsbögen zur Verfügung stellt. Ein Bogen, die Pfeile und weitere Ausrüstung sollten – zu Beginn mit einer gewissen Toleranz - zum Schützen passen. Mit zunehmender Körpergröße und Kraft nimmt auch die Größe des Bogens und des Zuggewichts zu. Also sollte schon vor Gründung der Abteilung darüber nachgedacht werden, welche Schützen – Kinder und / oder Erwachsene – möchte ich ansprechen?

Nach einem halben, maximal einem Jahr – wenn sich der Schütze also sicher ist, dass er seinen Sport gefunden hat - sollte sich der Bogensportler Gedanken über seine eigene Ausrüstung machen. Denn für eine erfolgreiche Weiterentwicklung benötigt ein Bogensportler sein eigenes genau auf ihn abgestimmtes Material. Das muss für den einzelnen Schützen nicht teuer sein, das Material kann sogar gemietet werden – aber man sollte diesen Umstand kennen und seine künftigen Schützen auch darauf hinweisen, um eine kontinuierliche Vereinsarbeit aufbauen zu können.

Bogenschießen ist eine Sportart, deren Erfolg im hohen Maße von der Trainingsqualität und auch Quantität abhängt. Zwei Trainingseinheiten pro Woche bilden eine gute Basis für den Einstieg in das Bogenschießen.

Im Sommer benötigt Ihr optimaler Weise eine Wiese oder große Freifläche, auf der Ihr Distanzen von bis zu 70 – besser noch 90 Meter – schießen könnt. Dahinter werden eine weitere Freifläche als Sicherheitszone, ein Erdwall oder Pfeilfangnetze gebraucht. Neben den üblichen Straßenscheiben, die im Freien verwendet werden, benötigt Ihr natürlich auch Ständer für die Scheiben, die Ihr fertig kaufen oder auch aus Holzplatten selbst bauen könnt. Die Breite Eures künftigen Bogenplatzes ist abhängig von der Anzahl an Scheiben, die Ihr stellen möchtet.

Bevor Ihr zur Tat schreitet und Euren neuen Bogenplatz plant, solltet Ihr aber dringend die neuen Sicherheitsrichtlinien des DSB beachten, die „Sicherheitstechnischen und baulichen Regeln für Bogenplätze“! Nach Plänen des Bundesministeriums für Inneres müssen – spätestens in zwei Jahren – auch Bogenplätze von externen Sachverständigen abgenommen werden.

Schwierig kann sich auch das Thema Organisation einer Halle für die Wintersaison gestalten, wenn Ihr nicht selbst über einen Schießstand verfügt, der sich zum Bogenschießen eignet. Die Zeiten in Hamburgs Sporthallen sind sehr begrenzt. Am Besten erkundigt Ihr Euch im Vorwege, ob es in den Hallen, die für Euch in Frage kommen freie Kapazitäten gibt. Im Winter solltet Ihr auf eine Distanz von mindestens 18 Meter trainieren können. Eine weitere wichtige Frage wäre außerdem: Könnt Ihr Euer Material (Scheiben und Ständer, Auflagen und andere Kleinteile) idealer Weise in der Halle lassen? Auch wenn die Kunststoff - Scheiben, die üblicherweise im Winter verwendet werden um ein Vielfaches leichter sind, als die Stramit - Scheiben, ist es ein nicht zu unterschätzender Aufwand, wenn Ihr das Material zu jeder Trainingseinheit hin und wieder von dort weg transportieren müsst!

Wenn Ihr also wissen möchtet:

Wie baue ich eine Bogenabteilung auf?

Welche aktuellen Sicherheitsbestimmungen gibt es?

Welches Material benötige ich konkret in meinem Fall?

Was kostet mich das Material und woher bekomme ich es?

Wer kann mich in der ersten Zeit fachlich unterstützen?

Dann meldet Euch bitte in der Geschäftsstelle des Schützenverbandes Hamburg.

Bei entsprechender Nachfrage bieten wir dann im kommenden Frühjahr eine Informationsveranstaltung zum Thema „Wir gründen eine Bogenabteilung“ an.

Darüber hinaus stehe ich Euch auch gerne für weitere Fragen zur Verfügung oder stelle für Euch den Kontakt zu anderen Fachleuten des Verbandes her, die ebenfalls mit der Thematik vertraut sind. Ihr könnt mich entweder über die Geschäftsstelle erreichen oder direkt unter 0179 / 275 22 01 anrufen.

Astrid Külper

Landesfachreferentin Öffentlichkeitsarbeit

<http://schuetzenverband-hamburg.de/index.php?page=289&setLang=1&pdfview=1>