

## Kleines Problem – Das ist aber weit!

**Ein wunderschöner Schuss. Die Scheibe steht wunderschön in der Landschaft, das Sonnenlicht bringt den Hirsch wunderschön zu Geltung. Da ist nur ein kleines Problem: Die Scheibe ist sauerweit entfernt.**

Was also tun? So mancher „Experte“ wird hier zum besten geben: „Einfach ins Kill

schaun und paff ...“ Wenn’s nur so leicht wäre. Durch Zufall kann so manche Scheibe getroffen werden. Ein Test wäre einfach einen zweiten Pfeil zu schießen. Wenn der wieder trifft, dann ist es tatsächlich Können. Liest man so in diversen Foren, bekommt man alle möglichen Ratschläge. Die meisten beschäftigen dabei mit Übungsmethoden, obwohl sie’s selbst höchstwahrscheinlich gar nicht machen.

Man muss grundsätzlich mal unterscheiden: Welche Übungen können im Training gemacht werden, um auf solche Situationen vorbereitet zu sein? Als zweites ist für mich

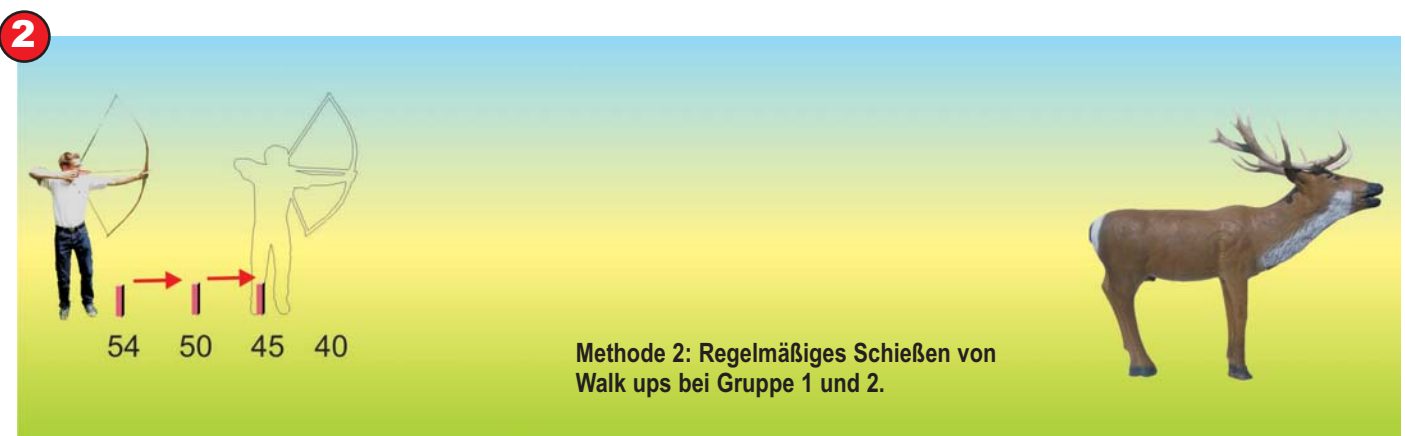
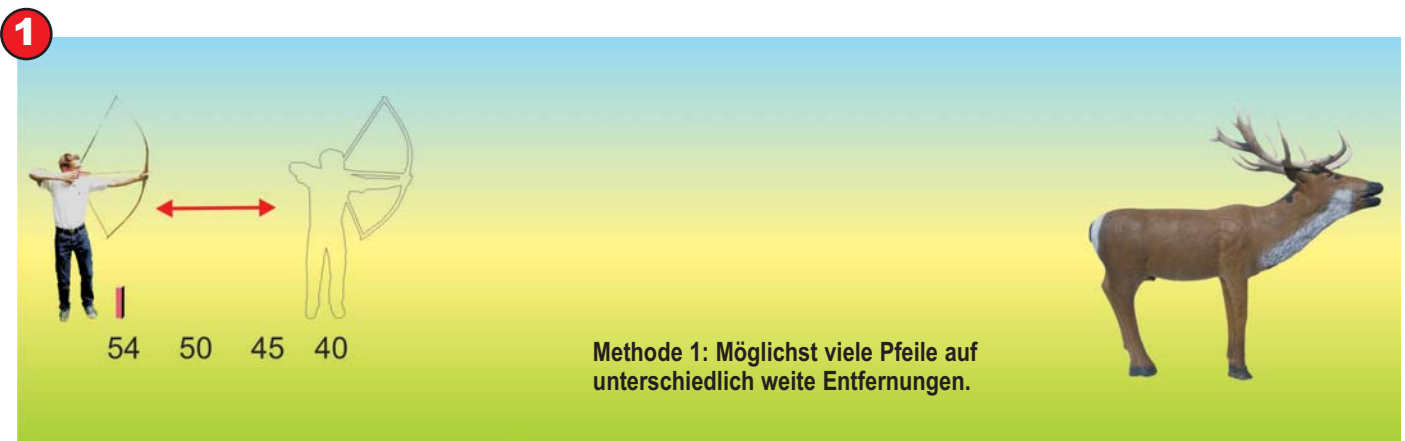
Taktik ein Thema. Da man nicht alles üben kann, sollte man sich Strategien überlegen, wie man bei weiten Schüssen vorgehen könnte, um die Wahrscheinlichkeit eines Treffers zu erhöhen.

### Trainieren

Natürlich ist es sinnvoll, jede nur erdenkliche Situation zu üben. Bei weiten Schüssen geht es vor allem um die Zieltechnik. Wie bringe ich den Bogenarm in den richtigen Anschusswinkel. Dass natürlich auch die Schusstechnik und hier vor allem der Auszug und die Rückenspannung passen müssen, ist natürlich Voraussetzung.

Bei Bowhunter-Turnieren der IFAA können Gruppe 1-Scheiben bis 54 Meter stehen, bei IFAA-Feldbogenturnieren sogar bis 72 Meter. Ich persönlich bin der Meinung, dass Entfernungen über 50 Meter für traditionelle Bögen zu weit sind. Hier ist es auch für geübte Schützen oft nur mehr Zufall, wenn sie treffen. Gute Schützen dürften hier aber statistisch öfter treffen als weniger gute. Training macht also nur bis zur Maximalentfernung von 54 Meter wirklich Sinn. Alles was darüber hinausgeht, sollte man anders bewältigen.

**Übungsmethode 1:** Ich schieße möglichst viele Pfeile



auf Distanzen zwischen 40 und 54 Meter. Man sollte dazwischen aber immer wieder kürzere Schüsse einbauen. Wenn man also einen Tag am Parcours verbringt, sollte man sich die weiten Schüsse aussuchen und diese öfter schießen. Da kann man ohne weiteres 10 mal je sechs Pfeile auf eine Scheibe schießen. Aber Achtung: Man muss dabei immer die Entfernung ändern. Mal 45, das andere Mal 50 usw. Da weite Schüsse auf den permanenten Parcours eher Mangelware sind, kann man sich nur so helfen.

**Übungsmethode 2:** Bei Turnieren der IFAA werden bei Gruppe 1- und Gruppe 2-Scheiben so genannte Walk ups geschossen. Dabei geht es bei dieser Gruppeneinteilung nicht um die Scheiben- sondern um die Killgröße. Bei der Gruppe 1 liegt der weiteste Pflock bei maximal 54 Meter. Der zweite und dritte liegen jeweils rund 4,5 Meter näher zum Ziele. Auch wenn es keine Walk up-Pflocke gibt, sollte man immer drei Schüsse machen und dabei je-

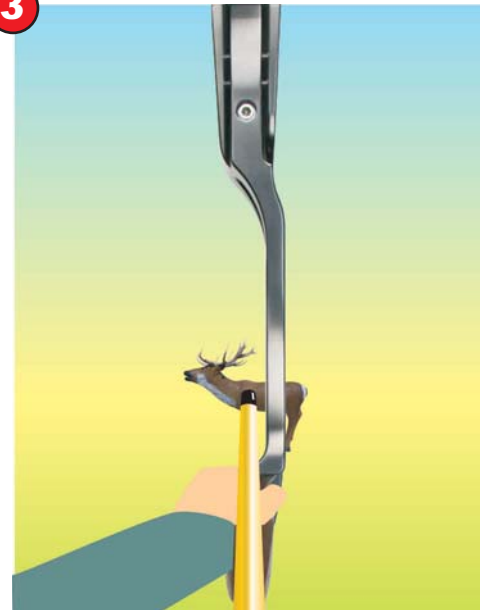
der ich die Pfeilspitze genau ins Ziel halten kann.

- Dann stelle ich mich 54 Meter vor eine Scheibe und halte die Spitze genau drauf. Hat der Pfeil nun z.B. einen Meter zu tief getroffen, muss ich eben für die Maximalentfernung um diesen einen Meter höher zielen.
- Das könnte man für die Entfernungen 55, 50, 45 und 40 Meter machen und üben.
- In einem IFAA-Turnier bräuchte ich nicht mal die Entfernung zu schätzen. Halben Meter drüber usw.

**Übungsmethode 4:** Ich schaue als Instinktiv-Schütze bei weiten Entfernungen z.B. bei 54 Meter nicht auf den Kill, sondern auf die Rückenlinie oder leicht darüber. Das muss allerdings geübt werden.

**Übungsmethode 5:** Wenn man die Zielmethode Gap Shooting verwendet könnte man Folgendes üben. Ich schaue wie gewohnt auf das Ziel und bringe meinen Arm in den richtigen Abschusswinkel und hebe bei weiten Entfernungen bewusst noch

3



**Methode 3: Bewusstes Wechseln zum System-schießen bei weiten Schüssen.**

Turnier erscheinen dann wesentlich einfacher zu schießen.

**Übungsmethode 7:** Um ein Gefühl für Täuschungen und weite Entfernungen zu bekommen, kann man ohne weiteres auch einen Entfernungsmesser verwenden. Damit kann ich zum einen genau die Entfernungen messen, die ich trainieren möchte, zum anderen bekommt man aber auch

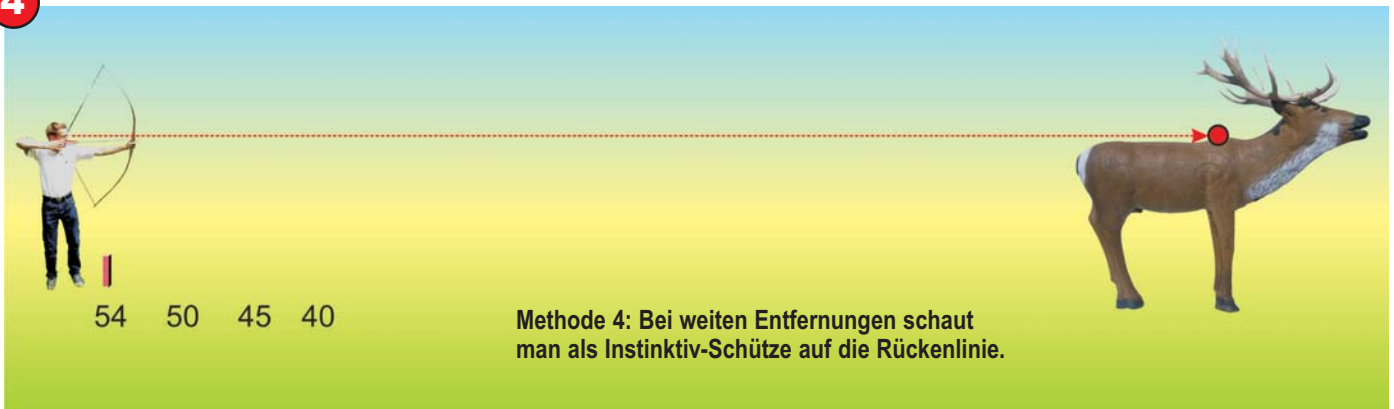
ein Gefühl für Entfernung und fällt nicht so leicht auf Täuschungen rein.

Aber aufgepasst: Man sollte vorher nie selbst messen. Das könnte der Trainingspartner machen. Misst man selbst, sollte man das immer nur nachher tun.

## Taktik in Turnieren

Weite Entfernungen sind immer ein Problem bei Turnie-

4



**Methode 4: Bei weiten Entfernungen schaut man als Instinktiv-Schütze auf die Rückenlinie.**

weils rund 4 Meter vorgehen.

**Übungsmethode 3:** Man kann ohne weiteres für weite Entfernungen zwischendurch die Zieltechnik wechseln. Man könnte zum Beispiel zwischendurch mit einem System schießen. Dazu könnte ich die Pfeilspitze verwenden. Und genau das muss vorher aber geübt werden. Folgende Vorgangsweise wäre denkbar.

- Ich suche meinen Nullpunkt. Das ist jene Entfernung, bei

einmal etwas an. Diesen Extrawert könnte man sich für bestimmte Entfernungen antrainieren.

**Übungsmethode 6:** Schieß im Training weitere Entfernungen als im Turnier. Wer bei Entfernungen ab 35 Meter Probleme hat, sollte Folgendes machen. Man schießt immer 3 bis 5 Meter weiter, als es im Turnier üblich ist. Damit erreicht man eine Gewöhnung an weite Entfernungen und die weiten Scheiben im

5



**Methode 5: Beim Gap Shooting kann man zum „gefühlten“ richtigen Abschusswinkel noch zusätzlich einen Arm etwas anheben.**