Schützengemeinschaft Norderstedt e.V.
Bogensport

Infos zum Bogensport in Norderstedt

Derzeit gibt es ca. 50 Aktive im Alter von 9 - 75 Jahren, die hauptsächlich das olympische Bogenschiessen mit dem Recurvebogen betreiben. Dabei wird nach dem Sportprogramm des Deutschen Schützenbundes geschossen. Der Verein ist dem Norddeutschen Schützenbund angeschlossen.

Interessierte können in Anfängerkursen die ersten Schritte des Bogenschießens lernen. Dafür steht das benötigte Material, wie Bögen und Pfeile usw. zur Verfügung.

Trainingszeiten für Jugend und Anfänger:

Das Training im Sommer (1. April bis 30. September) erfolgt auf dem Bogenplatz neben dem Vereinshaus: Schützengemeinschaft Norderstedt e.V., Schierkamp 99
22848 Norderstedt, Telefon: 040 - 523 16 80
Trainingszeiten: Mittwochs von 17:00 - 19:00 Uhr

Im Winter (ab 1. Oktober bis 31 März) erfolgt das Training in der Sporthalle des Gymnasiums Harksheide, Falkenbergstraße 25 / Ecke Langenharmer Weg, 22844 Norderstedt,
Achtung: Hallenturnschuhe mitbringen!!
Trainingszeiten: Mittwochs von 17:00 - 19:00 Uhr
In diesen Zeiten sind die Trainer zur Unterstützung anwesend.

Ansprechpartner:

Spartenleiterin: **Annette Schröder**
Mobil: 0170 - 5451135
E- Mail: schroederbaum@t-online.de

Trainer: **Niels Gäde**
Mobil: 0152 - 05221833
E- Mail: n-gaede@gmx.de

Markus Wolf
Mobil: 0174 - 3154644
E- Mail: mailanwolf@web.de

Weitere Infos auf der Webseite http://www.sgnorderstedt.de im Bereich Bogensport

Stand: 03.04.2022

Schützengemeinschaft Norderstedt e.V.
Bogensport

Benötigtes Material

Es macht es wenig Sinn, gleich zum Anfang teures Material zu kaufen.

Anfangs sind die neuen Bewegungen beim Bogenschießen für den Körper noch sehr ungewohnt und auch für die Muskeln ist die Zugstärke des Bogens noch problematisch. Nach den Wochen mit dem Vereinsmaterial ist der Anfänger bei weitem nicht in der Lage sind, das endgültige Zuggewicht eines Turnierbogens zu bewältigen (Recurve ca.: Herren 36 bis 45 lbs., Damen 32 bis 38 lbs, bei komplettem Auszug, nicht zwingend der Wert auf den Wurfarmen).

An dieses Zuggewicht sollte man sich langsam herantasten, dafür sind Mietbögen sehr gut geeignet. Diese gibt es bei den Bogensporthändlern ab ca. 50 Euro für ein halbes Jahr. Das Zuggewicht, d.h. die Wurfarme können dann während der Leihfrist gewechselt werden. So kann man sich einfacher an das endgültige Material heranarbeiten. Auch wird bei vielen Händlern die Miete bei Kauf eines Bogens angerechnet.

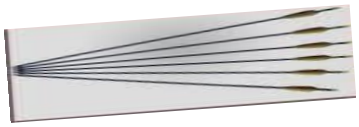
Der Bogen enthält neben dem **Bogen mit Sehne und Visier** meist auch einen **Bogenständer** und einen **Koffer** oder **Rucksack für den Transport**.
Neben dem Leihbogen benötigt man dann lediglich:

- **Armschutz**
- **Fingerschutz (Tab**
- **Streifschutz**
- **Köcher**
- **Bogen- oder Fingerschlinge (nicht am Bogen befestigt)**

Hinweis: Dieses Material lässt sich zum Teil auch einfach selber machen

- **mind. 8 , besser 10 Pfeile (6 Pfeile werden pro Passe geschossen)**
- **gern auch schon einen Button**

Die Pfeile sollten anfangs aus Aluminium sein, es können aber auch schon einfache Carbonpfeile genommen werden. Auch sollten die Pfeile lang genug sein, da der Auszug sich evtl. noch verlängern kann, wenn die Haltung stabiler wird (abschneiden kann man sie später immer noch).



Zusätzlich kann man noch gut gebrauchen:

- **Ersatz- Federn und Nocken**
- **Ersatz- Pfeilauflage**
- **Pfeilzieher aus Gummi**
- **Checker**
- **Spannschnur oder Spannriemen**

Später benötigt man:

- **einen Klicker**
- **eine Stabilisation**

Die Trainer unterstützen selbstverständlich gerne bei der Materialauswahl.

Stand: 03.04.2022