

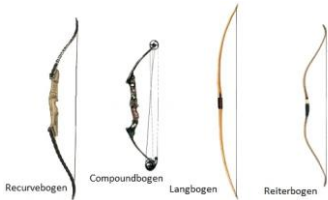
Geschichte des Bogenschiessens

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



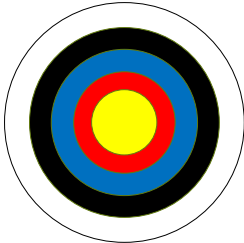
2

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

