

Herbert Plagwitz

Trainer C (Leistungssport) / DOSB-Lizenz

E-Mail: herbert.plagwitz@arcor.de

Handy: 0151 178 166 62

Tel. 0911 / 76 44 61

Datum: 23.03.2025

JEDERMANN-TAGESLEHRGANG

Lehrgang ist auch zur VÜL-Weiterbildung und VÜL-Schein-Verlängerung geeignet

- Thema:** **Bogeneinstellung**
in Praxis und Theorie (8 UE)
- Termin:** **Samstag, 26. April 2025** (9:00 – 16:30 Uhr)
- Ort :** **Schützenheim der kgl.priv.SG 1452 Cadolzburg**
Schützenstraße 9, 90556 Cadolzburg
- Lehrgangsleiter:** **Herbert Plagwitz**
- Lehrgangsgebühr:** **EUR 30,-** (ist am Lehrgangstag in bar an den Lehrgangsleiter zu zahlen)
- Anmeldung:** **schriftlich** (per E-Mail) **an Herbert Plagwitz**
- Meldeschluss:** **20. April 2025**
- Teilnehmerkreis:** **Jede(r) interessierte Bogenschützin / Bogenschütze**

der Lehrgang ist auf 20 Teilnehmer/Innen begrenzt

Inhalt: *theoretisch erläutert und praktisch angewendet*

- **Bogen ausmessen / auswiegen / einstellen:**
(tatsächliches Zuggewicht, Tiller, Sehne und Standhöhe etc.)
- **Einstellung des Bogens und der Pfeile – „best practise“**
 - Wurfarme, Ausrichtung -justage
 - empfohlene Buttoneinstellung,
 - Centershot (empfohlene Lage des Pfeils im Bogen)
 - empfohlene Nockpunkthöhe
- **Pfeilauswahl** nach Easton-Tabelle, bzw. Shaft-Selector (unter Beachtung der korrekten Pfeillänge)

Antworten und Ratschläge zu den Fragen der Teilnehmer

Lehrgangsziel: **Zusammenhänge verstehen und den eigenen Bogen richtig einstellen; daher bitte komplette Bogausrüstung (inkl. Pfeile) mitbringen**

Datenschutz: Mit der Teilnahme an Veranstaltungen der Bezirke des Bayerischen Sport-schützenbundes und des Deutschen Schützenbundes erklärt sich der Teil-nehmer damit einverstanden, dass seine für die Veranstaltung benötigten Daten und die im Wettkampf erzielten Ergebnisse erfasst, verarbeitet,

gespeichert und in Papierlisten, Aushängen, Zeitschriften und im Internet veröffentlicht werden. Der Teilnehmer von vorgenannten Veranstaltungen erklärt sich auch damit einverstanden, dass Bilder (Fotos, Videos) von ihm, die im Rahmen der Veranstaltung (z.B. Siegerehrung, Wettkampf) entstanden sind, über die Verbandsmedien, der homepage des BSSB, des MSB, Presse-dienste, Vereinshomepages, sowie sonstiger Publikationen des BSSB veröffentlicht werden dürfen.

Verpflegung: Kaffee, Getränke und warmes Essen (Imbiss) werden auf eigene Kosten angeboten.

Hinweis: *Der Lehrgang ist beim MSB angemeldet.*

gez. Herbert Plagwitz