

Inhalte und Ablauf des eintägigen Basiskurses „Intuitives Bogenschießen“

Sowohl Einsteiger als auch langjährige Bogenschützen erhalten in diesem Basiskurs wertvolle Impulse zur Umsetzung dieser intuitiven Technik, die so alt ist wie der Bogen selbst. Kein Basketballer benötigt einen Range Finder, um den Ball im Korb zu versenken, nur eine gute Anleitung und viel Übung. Die Schulung Eurer körpereigenen Intelligenz steht hier im Vordergrund. Notwendig ist nur die Motivation es immer und immer wieder zu versuchen, bis Ihr es endlich perfekt beherrscht. Das ist kein profaner Vergleich sondern nur eine simple Erklärung, wie Körper und Geist im Sinne der „Auge-Hand-Koordination“ zusammen spielt.

Aus den vorgenannten Gründen arbeiten wir auch sehr körperbetont, der Schütze wird spüren lernen, welche Muskulatur für das Bogenschießen primär wichtig ist. Nur mit einer korrekten und reproduzierbaren Schusstechnik kann auch auf die instinktive Art und Weise erfolgreich geschossen werden.

Der eintägige Kurs untergliedert sich in folgende Inhalte:

- Einführung in die Idee des intuitiven Bogenschießens anhand einfacher Übungen.
- Schulung der richtigen intuitiven Schusstechnik und Umsetzung an der Scheibe.
- Grundlagen zum Thema Pfeil- und Bogenphysik.

Kursgebühr: 125,- € (inkl. Leihhausrüstung, zzgl. verlorene/defekte Pfeile)

Kursort: Ladengeschäft „Der Waldläufer“ in Donaueschingen-Pföhren

Kursdauer: Sonntag von 10:00 bis ca. 17:00 Uhr