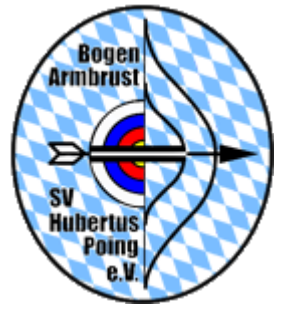




Zusammenfassung nützlicher Informationen



Web-Links zu Organisationen:

World Archery	https://www.worldarchery.sport/
DSB	https://www.dsb.de/
BSSB	https://www.bssb.de/
BezOBB	https://www.bezobb.de/
GAU-Ebersberg	https://www.gaeube.de/

Landesverbände:

Landesverbände sind nicht zwingend mit den Bundesländern gleichzusetzen. Eine Auflistung gibt es hier:

<https://www.dsb.de/der-verband/ueber-uns/mitglieder/landesverbaende>

geographische Übersicht des DSB



Quelle:

https://www.bva.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Buerger/Ausweis-Dokumente-Recht/Waffenrecht/Schiesssport/dsb_liste_b.pdf?__blob=publicationFile&v=8

Vereine mit Bogensport im GAU-Ebersberg:

SV Hubertus Poing	https://hubertus-poing.de/
BSG Ebersberg	https://www.bsg-ebersberg.de/
BS Vaterstetten	https://vaterstetten-bogensport.de/

Schnellzugriff:

Sportordnung	https://dsb.de/fileadmin/dsb/sportordnung/
Sportordnung Teil 6 (Bogen)	https://dsb.de/fileadmin/dsb/sportordnung/269/
Bezirksmeisterschaften Obb.	https://www.bezobb.de/disziplinen/bogen/bezirksmeisterschaften.html
Aus-/Weiterbildung im Bezirk	https://www.bezobb.de/disziplinen/bogen/aus-und-weiterbildung.html
BSSB Ausbildung	https://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung
BSSB Bogen	https://www.bssb.de/sport/disziplinen/bogen
BSSB Bogenkader	https://www.bssb.de/sport/leistungskader/bogenkader
BSSJ Bogenjugend	https://www.bssj.de/

Antidoping:

NADA	https://www.nada.de/
WADA	https://www.wada-ama.org/

Online Zeitschrift:

Faszination Bogen	https://faszinationbogen.uzv.de/ (kostenfrei aber mit Registrierung)
-------------------	---

Forum:

Forum Bogensport-Planet	https://forum.bogensport-planet.de/
-------------------------	---

Andis Tipps zu Wettkämpfen:

Ich empfehle eine Teilnahme zu offenen Turnieren, wenn im Training ~150 Ringe per Durchgang erreicht werden.

Checkliste f. Wettkampf  SVHP - Checkliste für Wettkämpfe

Andis Bastelstube (Videos):

Befiederung anbringen	https://www.youtube.com/watch?v=y7Com3NngxY
Pfeilspitze einkleben	https://www.youtube.com/watch?v=wownUpDN6XU

Technik-Links:

EASTON-SHAFT-Selector	https://eastonarchery.com/selector/
> SHAFT-Selector Recurve	https://eastonarchery.com/2022-shaft-selector-target-recurve-dual-comp/
> SHAFT-Selector Compound	https://eastonarchery.com/2022-shaft-selector-target-dualcomp/
Bogentuning (Gabriel)	https://www.gabriel-bogensport.de/Von-Tunern-Taeuschern-und-Trittbrettfahrern
Bogentuning (Berger)	https://bogenundpfeile.de/spezielle-materialkunde/der-bergertest/
Der Spinewert	https://bogensportshop.eu/blog/2022/02/18/was-ist-der-spinewert/
Spine-Rechner - Android	https://play.google.com/store/apps/details?id=de.frozen_media.SpineCalculator/
Spine-Rechner - iOS	https://apps.apple.com/us/app/spine-calculator-archery/id1467700914/
Online-Spine-Rechner	https://www.bogensportwelt.de/Spinewertrechner-BogenSportWelt/
Online-Spine-Rechner	https://pfeil-und-bogen-kaufen.de/der-spinewertrechner-pfeile-mit-dem-richtigen-spine-kaufen/

Etwas Pfeiltechnik

Grobe Spinewert-Tabelle

Zuggewicht/ Pfeillänge	21"	22"	23"	24"	25"	26"	27"	28"	29"	30"	31"	32"	33"
10-16 lbs	2000	2000	1900	1600	1400	1200	1100						
17-23 lbs	2000	1900	1800	1500	1300	1100	1000	900	800	700	600	600	500
24-29 lbs	2000	1800	1500	1300	1100	1000	900	800	700	600	600	500	500
30-35 lbs	1800	1500	1300	1100	1000	900	800	700	600	600	500	500	400
36-40 lbs	1500	1300	1100	1000	900	800	700	600	600	500	500	400	400
41-45 lbs	1300	1100	1000	900	800	700	600	600	500	500	400	400	350
46-50 lbs	1100	1000	900	800	700	600	600	500	500	400	400	350	350
51-55 lbs	1000	900	800	700	600	600	500	500	400	400	350	350	300
56-60 lbs	900	800	700	600	600	500	500	400	400	350	350	300	300
61-65 lbs	800	700	600	600	500	500	400	400	350	350	300	300	
66-70 lbs	700	600	600	500	500	400	400	350	350	300	300		
71-76 lbs	600	600	500	500	400	400	350	350	300	300			

Die Tabelle stammt von folgender Seite:

<https://bogensportshop.eu/blog/2022/02/18/was-ist-der-spinewert/>

Noch ein paar Worte zum ungefähren Spitzengewicht beim Recurve-Bogen.

Im Jugendbereich wird typischerweise bis zu 60 gn (Grain) eingesetzt.

Im Damenbereich wird typischerweise 70-100 gn eingesetzt.

Bei den Herren rund 90-130 gn.

Der Grund für das maximale Spitzengewicht ist recht banal, es ist die Zugkraft.

In einem Vergleich mit einer Bogensportlerin Kathi hatten wir:

Zugkraft Kathi: 31 lbs

Zugkraft Andi: 44 lbs

Spitzengewicht Kathi: 80 gn

Spitzengewicht Andi: 110 gn

Wir haben versucht herauszufinden, welches Setup schneller arbeitet.

Anfangsgeschwindigkeit Kathi: ~200 fps

Anfangsgeschwindigkeit Andi: ~200 fps

Andi Heitzer

Stand vom 31.01.2025