

Herbert Plagwitz
Trainer C (Leistungssport) / DOSB-Lizenz
Ausbilder im MSB

Rothenberger Straße 2
90587 Obermichelbach

Tel. 0911 / 76 44 61

E-Mail: herbert.plagwitz@arcor.de

Datum: 30.05.2010

JEDERMANN-TAGESLEHRGANG, MIT VÜL-VERLÄNGERUNG

Thema: **Sehnenbau und Pfeilabstimmung, in Praxis und Theorie (6 UE)**

Termin: Sonntag, **19. September 2010** (9:00 – 16:00 Uhr)

Ort : **90453 Nürnberg-Katzwang, Katzwanger Hauptstraße 25**
(Schützenhaus der ZSSG Katzwang, mit 30m-Bogenschießen im Freien)

Lehrgangsleiter: **Herbert Plagwitz**

Lehrgangsgebühr: **EUR 25,-** (in bar am Lehrgangstag zu zahlen)

Anmeldung: **schriftlich** an Herbert Plagwitz

Lehrgang ist auf 12 Teilnehmer begrenzt !

Meldeschuß: **05. September 2010**

Teilnehmerkreis: - **Jeder interessierte Bogenschütze** (vorrangig Recurvebogen)
- VÜL-Schein-Inhaber zur Verlängerung (VÜL Ausweise, die 2010 ablaufen)
- VÜL-Weiterbildung, ab 2007 und „jünger“ (dazu VÜL-Testatheft mitbringen)

Inhalt: *in Praxis (und theoretisch erläutert):*
1. **Bogen ausmessen / auswiegen** (tatsächliches Zuggewicht, Tiller, Centershot etc.)
2. **Sehnenbau** – was benötigt man dazu und wie geht das?
Einfluß von Sehnenmaterial, Strangzahl und Sehnenlänge;
Papiernockpunkte richtig gemacht;
3. **Pfeilabstimmung** mit „Gabriel-Test“:
- richtige Buttoneinstellung,
- richtige Nockpunkthöhe,
- Blankschafttest und Pfeil-Gruppierung
4. **Antworten und Ratschläge**

Lehrgangziel: Zusammenhänge verstehen: „Die Sehne als Tuningmittel bei der Pfeilabstimmung“

Hinweis: **Eigene Bogenausrüstung sollte mitgebracht werden für die Praxis**

- Kaffee und Getränke werden angeboten
- Warmes Mittagessen, auf eigene Kosten, kann organisiert werden.

Hinweis: **Der Lehrgang ist beim MSB angemeldet.**

gez. *Herbert Plagwitz*