

## **Tuning im Bogensport mit Henning Lüpkemann -Recurvebogen-**

17. Juni 2020

# Tuning im Bogensport -*Recurvebogen*-

## Themenübersicht

- ▶ Einstellungen am Mittelteil
- ▶ Blankschafttest
- ▶ Standhöhe ausschießen
- ▶ Blankschafttest wiederholen
- ▶ Walkback-Test

# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

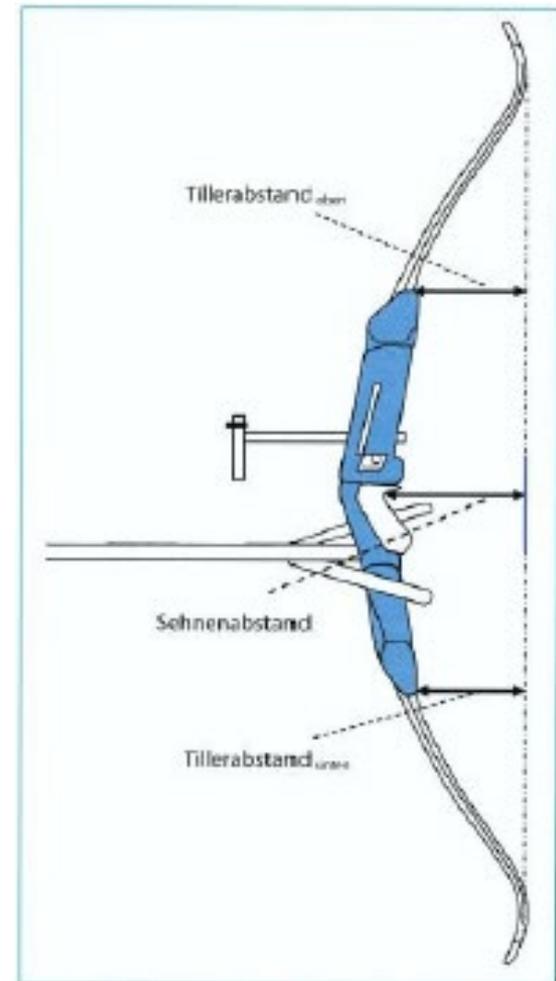
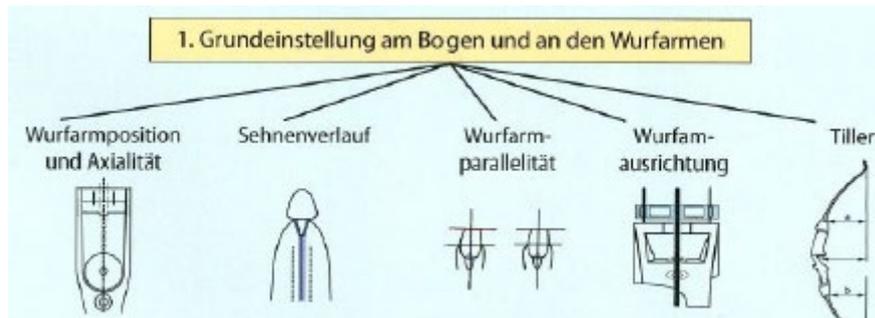
## Themenübersicht

- ▶ Einstellungen im Mittelteil
  - Tiller Bolzen gleich einstellen
  - Seitenverstellung mittig einstellen
  - Wurfarme einstecken
  - Standhöhe messen und ggf. anpassen (Standardwert in der Mitte der Angabe im Handbuch)
  - Passende Sehne (Strangzahl, Mittenwicklung und Windungszahl min 0,5 pro Zoll)
  - Tiller kontrollieren
  
- ▶ Bogen gerade ausrichten
  - Wurfarmlehren
  - Stabilisator
  - LILIGAs
  - Wurfarmschrauben von hinten als Kontrolle verwenden

# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Einstellungen am Mittelteil

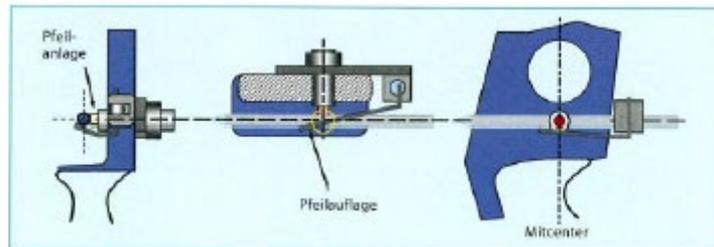
- Pfeil im Bogenfenster
- Zwei Pfeile am Mittelteil
- Pfeile an Wurfarmenden



# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Einstellungen am Mittelteil

- ▶ Pfeilauflage und Button montieren
  - Centerstellung in Abhängigkeit von Pfeillänge
  - - kurzer Pfeil paralleler (X10; ACE)
  - - langer Pfeil mehr Offset (X10; ACE)
  - - zylindrischer Pfeil weniger Offset
  - Pfeil auf Höhe des Buttons mittig positionieren
- ▶ Nockpunkthöhe
  - Spiel zwischen den Nockpunkten max 0,5mm
  - - Carbon Pfeil: Unterkante oberer Nockpunkt 10-11 mm
  - - Alu Pfeil: Unterkante oberer Nockpunkt 11-12 mm



# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Blankschaftstest

- ▶ Blankschaftstest (Annahme Rechtshand)
  - Pfeil auf weiche Seite drehen
  - - Pfeil fliegt mit dem Heck nach rechts los: Pfeil zu steif
  - - Pfeil fliegt mit dem Heck nach links los: Pfeil zu weich
  - Position befiederter und unbefiederter Pfeile nicht parallel
  - - Unbefiederte mittig, Heck schief nach rechts: Pfeil zu steif / zu wenig Center
  - - Unbefiederte mittig, Heck schief nach links: Pfeil zu weich / zu viel Center
  
- **ACHTUNG: Pfeilsteifigkeit kann nicht mit dem Button geändert werden!**

# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Standhöhe ausschießen

- ▶ Standhöhe ausschießen
  - 2-12 Meter Test
  - - Standhöhe **größer** als Ausgangswert: Pfeil wird **weicher**
  - - Standhöhe **geringer** als Ausgangswert: Pfeil wird **steifer**
  
- ▶ Blankschafttest wiederholen
  - Nach Möglichkeit bis 30 Meter schießen

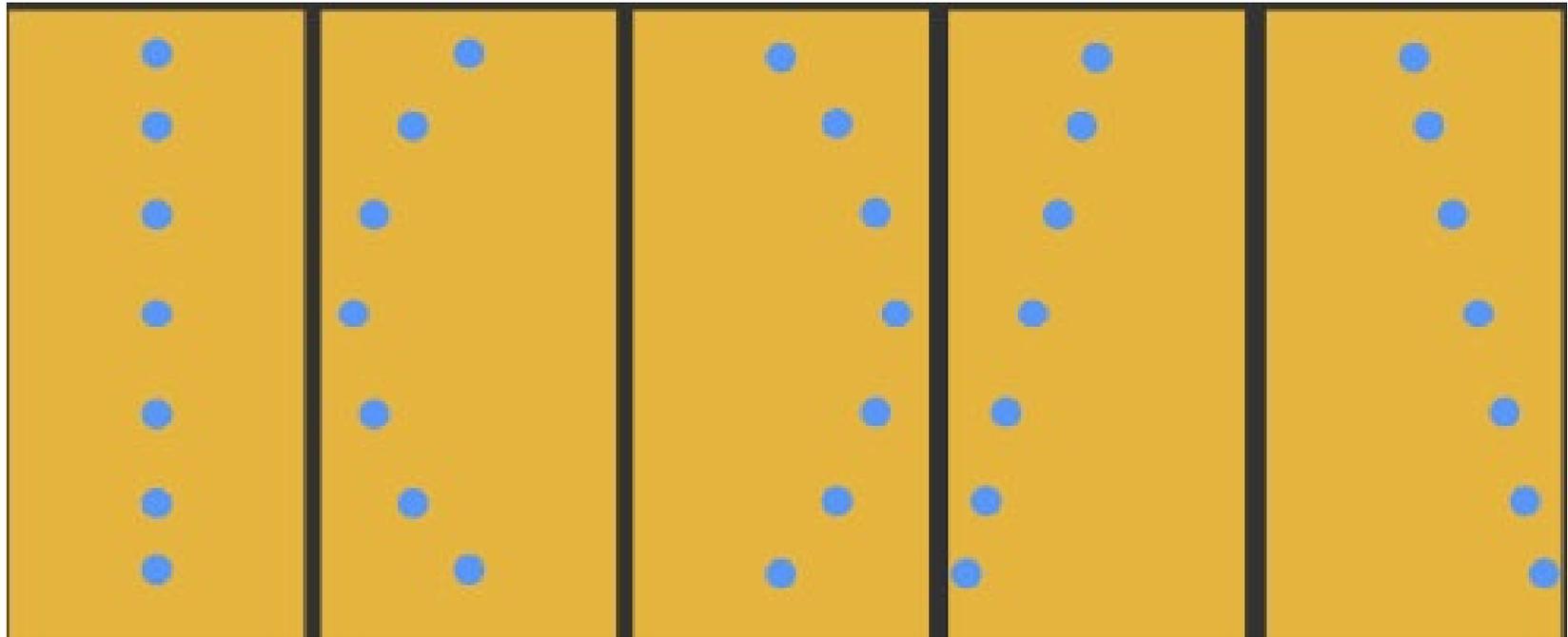
# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Walkback-Test

- ▶ Walkback-Test (Annahme Rechtshand)
  - Auflage präparieren
  - Distanz 10-35/40 Meter
  - - Pfeil wandert mit zunehmender Distanz nach **links**: Pfeil zu **steif**
  - - Pfeil wandert mit zunehmender Distanz nach **rechts**: Pfeil zu **weich**
  - - Pfeile bilden mit zunehmender Distanz einen Bauch nach **links: zu viel Center**
  - - Pfeile bilden mit zunehmender Distanz einen Bauch nach **rechts: zu wenig Center**

# Tuning im Bogensport -Recurvebogen-

## Walkback-Test



Optimale  
Einstellung

Zu viel  
Center

Zu wenig  
Center

Pfeil zu  
steif

Pfeil zu  
weich

# **Tuning im Bogensport -Recurvebogen-**

Fragen - Antworten

## **Danke für Ihre Aufmerksamkeit**

## **Und nun zur Fragestunde**

# Das neue Waffenrecht

## Fragen - Antworten

Sollten nach wie vor noch Fragen bestehen,  
wenden Sie sich bitte an [siebert@dsb.de](mailto:siebert@dsb.de)