

## **Leistungsgruppe 3D gestartet**

### **Sportlich-ambitionierte Idee wird mit Leben gefüllt**

Am 22. März 2013 fanden sich über zehn Take-a-Bow-Mitglieder zusammen, um eine lange gehegte sportlich-ambitionierte Idee wahr werden zu lassen und gründeten die Leistungsgruppe 3D (LG3D).

### **Worum geht es?**

Wir möchten der sportlichen Facette des traditionellen Bogenschießens einen Rahmen geben, um unser Angebot im Verein vielfältiger und attraktiver zu machen. Die LG3D versteht sich als offenes Angebot an alle Mitglieder, die unser schönes Hobby auch als Sport ausüben möchten und sich systematisch für die Teilnahme an sportlichen Wettkämpfen vorbereiten wollen. Das Training findet außerhalb der normalen Öffnungszeiten statt (derzeit freitags ab 18 Uhr bis ca. 20 Uhr). Es wird von erfahrenen 3D-Sportlern begleitet, die ihre zum Teil langjährige Wettkampferfahrung sehr gern mit der Gruppe teilen möchten.

### **Wer kann mitmachen?**

Eingeladen sind alle Mitglieder unseres Vereins, die Ihren Beitrag gezahlt haben und das Schießen mit dem traditionellen Bogen auf 3D-Ziele systematisch erlernen möchten. Sie sollten bereit sein, Take a Bow auf Turnieren und auf offiziellen Wettkämpfen zu vertreten.

(Bitte beachten: Die regelmäßige Teilnahme an Turnieren kostet Geld. Es fallen neben Startgebühren auch Reisekosten und Kosten für Unterkünfte an. Auch hinsichtlich der Ausrüstung wird der engagierte Schütze ein gewisses Budget einplanen müssen.)

### **3D-Schießen als Sport**

Die sportlichen Möglichkeiten bezüglich des traditionellen Bogenschießens sind sehr vielfältig. Mit Bögen ohne Visier wird einerseits klassisch auf die bekannten mehrfarbigen Scheiben sowohl im Freien auf einem Platz (FITA-Runde) als auch in der Halle (meist in der Wintersaison) auf 18 Meter geschossen.

Im Freien gibt es weiterhin die Disziplinen Feldbogen (Scheiben in Wald und Flur mit z.T. unbekanntem Entfernungen). Und nicht zuletzt die immer beliebter werdenden 3D-Turniere, bei denen auf unbekannte Entfernungen auf dreidimensionale Tierattrappen geschossen wird. Solche 3D-Tiere stehen von Käuzchen bis Bison auch in unserer Halle. Das 3D-Schießen ist ein faszinierender Sport für die ganze Familie, den man fast überall in Deutschland und vor allem Österreich in fantastischem Gelände ausüben kann und der nie langweilig wird.

Beim 3D-Schießen werden vor dem Start die Schützen in Gruppen von 3-6 Schützen eingeteilt, die dann gemeinsam durch den Parcours gehen und die Ergebnisse am jeweiligen Ziel auch gemeinsam erfassen und dokumentieren. Neben der Bewegung in der freien Natur in verschiedensten Landschaften und bei Wind und Wetter lernt man dabei jede Menge interessanter Leute kennen.

Wie so oft im Sport gibt es auch beim 3D-Schießen unterschiedliche Verbände mit zum Teil unterschiedlichen Regelwerken. Wir werden unsere sportlich aktiven Mitglieder beim SBV (Sächsischer Bogenschützenverband e.V.) anmelden. Der SBV ist Mitglied im Deutschen Bogensport-Verband 1959 e.V. (DBSV), demzufolge werden wir auch nach dem Regelwerk des DBSV trainieren.

Die Wettkampfsaison 2013 ist im Gange. Wer Interesse daran hat, dieses Jahr an den Deutschen Meisterschaften 3D des DBSV in Hasselfelde (Harz) teilzunehmen, melde sich bitte bei [Ronny Albert](#), damit wir euch im SBV anmelden können. Ohne Mitgliedschaft im Dachverband ist eine Teilnahme auf offiziellen Meisterschaften leider nicht möglich. (Zusätzliche Kosten entstehen euch dadurch nicht, die abzuführenden Beiträge werden vom Verein geleistet.) Für die Teilnahme an der DM ist eine Qualifikation auf einer offiziellen Meisterschaft (z.B. Landesmeisterschaft 3D, Rabensteiner Bogenjagd) mit einer Mindestpunktzahl erforderlich. Die Einzelheiten dazu werden wir demnächst bekannt geben.

### **Das Training**

Bei der LG3D handelt es sich um ein offenes Angebot. Wir werden keine Teilnehmerlisten führen, es muss sich auch niemand an- oder abmelden. Wir sorgen dafür, dass die Halle zum Termin (freitags 18 Uhr) geöffnet ist. Sollte sich ausnahmsweise kein Trainer finden, werden wir das per SMS bzw. E-Mail/[Facebook](#) kommunizieren.

Geplant ist ein systematisches Training, angefangen vom Aufwärmen, Verbesserung der Schießhaltung (Form) bis hin zu speziellen Problemlagen beim 3D-Schießen im Gelände (bergauf, bergab, Hangschüsse etc.) Wir werden entsprechende Möglichkeiten schaffen, alle Facetten durch spezielle Übungen zu trainieren. Austausch von Erfahrungen und Anregungen sind ausdrücklich erwünscht.

Folgende Aspekte (kein Anspruch auf Vollständigkeit) werden ebenfalls eine Rolle spielen:

- Trainingsmethoden, Taktik, mentale Aspekte
- Wettkampftraining unter Druck bzw. Ablenkung
- Materialoptimierung, Erfahrungsaustausch (Zusammenarbeit mit Mike vom Bogenladen?)
- Literatúraustausch
- Regelkunde, Wettkampftermine
- gemeinsame Trainingseinheiten Outdoor
- gemeinsame Teilnahme an Turnieren und Meisterschaften, gebündelte Organisation

Weitere Ideen und Anregungen sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!

Uwe