



**Bogenschießen kann man in der Halle oder im Freien trainieren. Bei Turnieren schießen die Sportler über verschiedene Distanzen.**

## Mit Pfeil und Bogen

Es sieht aus wie ein Kinderspiel. Oder wie in einem Indianerfilm. Pfeile fliegen durch die Sporthalle in Walsrode. Doch die jungen Bogenschützen vom Sportverein „TV Jahn“ jagen keine Beute. Ihre Ziele sind dicke Platten am Ende der Halle. Ein Kinderspiel ist das Bogenschießen auch nicht. Das beginnt schon beim Zusammenbau des Bogens. Der Trainer muss den Kleineren helfen. Er biegt den Bogen und spannt die Sehne.

Benjamin, 15 Jahre, gehört zu den ‚Großen‘. Er nahm bereits erfolgreich

an Jugendturnieren teil. „Beim Bogenschießen brauche ich sehr viel Kraft“, sagt er. Er spannt die Sehne mit zwei Fingern. Rund 18 Kilogramm muss er jetzt halten. Dann löst er die Sehne. Der Pfeil schießt durch den Raum.

Benjamin trägt ein Stück Leder zum Schutz der Finger. Seinen linken Arm schützt er mit einem Polster. „Damit schlägt die Sehne nicht direkt auf meinen Arm“, erklärt der junge Sportler.

Bei einem Turnier muss Benjamin den Bogen 60-mal spannen und den Pfeil abschießen. Wichtig ist die totale Konzentration auf das Ziel. Selbst der kleinste Fehler stört den Flug des Pfeils. Solche Pfeile treffen die Scheibe schräg und ungenau. Ein wichtiger Moment ist das Lösen der Sehne. „Ihr müsst die Finger gleichmäßig öffnen“, erklärt Trainer Harald Röhrs den Jugendlichen.

Vor jedem Abschuss pfeift der Trainer. Die Schützen stehen in einer Reihe. Sie sind etliche Meter von der Zielscheibe entfernt. Nach den Schüssen gibt der Trainer ein zweites Signal. Erst jetzt dürfen die Schützen die abgeschossenen Pfeile einsammeln. „Sonst kann sich jemand verletzen“, sagt Röhrs. Die Spitzen der Pfeile sind scharf wie eine Waffe. Bogenschießen ist eben alles andere als ein Kinderspiel. **Petra Kroll**

**Schon vor 15 000 Jahren schossen die Menschen mit Bögen. Heute sind aus einfachen Waffen moderne Sportgeräte geworden.**

