

# Mit voller Konzentration ins Goldene

**BOGENSPORT** Nachwuchs trainiert beim SV Etzhorn Automatismen – Keine Vorerfahrungen nötig

Das Bogenschießen kann bereits in jungen Jahren erlernt werden. Dabei treffen Mädchen am Anfang oft besser als Jungen.

VON ONNO KUTSCHER

**OLDENBURG** – In der Halle des SV Etzhorn ist es trotz mehrerer jugendlicher Bogenschützen in Aktion leise, bei allen herrscht große Konzentration. Dann zischen Pfeile durch die Luft und treffen ihr Ziel. „Das Bogenschießen ist ein Konzentrationssport“, erzählt Lutz Kayser, Pressewart der Etzhorner Bogenschützen.

Was aber ist so faszinierend an dieser Sportart? Für den 15-jährigen Tim Kickler steht vor allem der Spaß im

*„Muskelbeherrschung ist wichtiger als Muskelkraft“*  
LUTZ KAYSER

Vordergrund. „Ich schieße erst zum zweiten Mal, aber ich werde auf jeden Fall öfter vorbeikommen“, erzählt er.

Das Bogenschießen kann man schon in jungen Jahren erlernen. „Da gibt es kaum eine Grenze. Von zehn bis zwölf Jahren wäre sicherlich optimal. Ich habe aber auch schon mit sechsjährigen Schützen trainiert“, erzählt Kayser.



Die Nachwuchsschützen des SV Etzhorn beim Training: (hinten von links) Otis Mathey, Lina Spiekermann, Marielies Hennings, Alexander Freimuth, Franziska Witte, Sebastian Sölttau, (vorne) Maïke Waskönig, Dan Müller, Marcel van Döllen und Tim Kickler

BILD: HELMERICHS

Auch der zwölfjährige Dan Müller ist von dem Schützensport fasziniert: „Ich schieße daher schon seit drei Jahren im Verein.“ Der Nachwuchssportler findet es vor allem spannend, sich auf den Punkt

konzentrieren zu müssen. „Das ist oft gar nicht so leicht. Ich trainiere einmal in der Woche – manchmal klappt es besser, manchmal auch nicht so gut“, erzählt Dan, der bei den Vereinsmeis-

terschaften den sechsten Platz belegte.

Auch Kayser weiß, dass es in diesem Sport vor allem um Automatismen geht. „Es sind immer wieder die gleichen Bewegungsabläufe, die man trainieren muss. Viele schaffen es schon beim ersten Schuss, andere brauchen etwas länger, um mal die goldene Mitte zu treffen.“

In der Halle beträgt die Entfernung zu den Zielen 18 Me-

ter. Im Freien sind es oft sogar bis zu 90 Meter. „Um aus so einer Entfernung zu treffen, bedarf es aber schon sehr viel Übung“, verrät Kayser. Dabei ist es nicht die Muskelkraft die wichtig ist, sondern vielmehr die Muskelbeherrschung. Deswegen sind es auch oft die Mädchen, die am Anfang besser mit dem Übungsgerät klarkommen. „Das habe ich schon oft erlebt, dass die Mädchen am

## VIELE DISTANZEN

Im Freien wird beim Bogensport aus Distanzen von 90, 70, 60, 50 oder 30 Metern geschossen. In der Halle schießt man aus 18 Metern.

Aus dem frühzeitlichen Weidenstock – mit Angelsehne gespannt – sind hochtechnisierte und physikalisch ausgeklügelte Sportgeräte geworden. Die Wurfarme des Bogens sind zumeist aus Carbon- oder Glasfaser gefertigt. Der Bogensport ist seit 1972 wieder olympische Disziplin.

Anfang öfter treffen als die Jungs“, bestätigt Kayser.

Ein gefährlicher Sport ist das Bogenschießen jedoch nicht. Trotzdem müssen einige Sicherheitsregeln beachtet werden. „Wir achten darauf, dass nichts passiert. Die Jugendlichen sind da aber grundsätzlich immer sehr aufmerksam“, so der Pressewart.

Wer selber einmal das Bogenschießen ausprobieren möchte, der kann montags um 17.30 Uhr in der Schützenhalle des SV Etzhorn an der Wilhelmshavener Heerstraße 359 A vorbeischauchen. Die Sportgeräte werden gestellt. Einer Vorerfahrung bedarf es nicht. „Das ist ja das Schöne an dem Sport. Man kann einfach damit anfangen“, verrät Kayser.

### Regionsoberliga we Gruppe B

VfL Rastede - HSG Wiefelste	
Edewecht/F./P. - TuS August	
1. VfL Oldenburg II	
2. VfL Rastede	
3. TuS Augustfehn	
4. Harpstedt/Wildsch.	
5. SG Edewecht/F./P.	
6. Bürgerf./TvdH/Ofen.	
7. HSG Wiefelste/N.	

### Regionsoberliga we Gruppe B

Hatten/Sandkrug - DSC Olde	
Wiefelste/N. - TuS August	
Wester/Zw./Lan - Edewecht	
Harpstedt/Wild. II - VfL Olde	
Hoykenkamp II - Oldenburger	
1. Hatten/Sandkrug	5
2. Hoykenkamp II	4
3. Edewecht/F./P.	3
4. TuS Augustfehn	5
5. Wiefelste/N.	5
6. VfL Oldenburg II	4
7. Wester/Zw./Lan	4
8. DSC Oldenburg	5
9. VfL Rastede	3
10. Harpstedt/W. II	4
11. Oldenburger TB	4

### Regionsoberliga ma Gruppe B

SV Brake - DSC Oldenburg	
TV Cloppenburg - HSG Fries	
VfL Rastede - HSG Delmenhorst	
Hatten/Sand. II - Hude/Falk	
1. VfL Rastede	5
2. TV Neerstedt II	4
3. HSG Friesoythe	3
4. DSC Oldenburg	5
5. TS Hoykenkamp	3
6. HSG Delmenhorst	4
7. SV Brake	4
8. Hude/Falk	4
9. TV Cloppenburg	4
10. BV Garrel	3
11. Hatten/Sand. II	5

### Regionsoberliga ma Gruppe B

SFN Veichta - TV Disklage	
VfL Oldenburg II - HSG Fries	
TV Cloppenburg - Harpstedt/	
Oldenburger TB - DSC Olden	
BV Garrel - TV Neerstedt II	
1. HSG Friesoythe	5
2. TV Neerstedt II	4
3. TV Disklage	5
4. SFN Veichta	5
5. Harpstedt/W.	5
6. Oldenburger TB	5
7. VfL Oldenburg II	3
8. DSC Oldenburg	4
9. TV Cloppenburg	5
10. BV Garrel	5

### Mitteilungen ur Anregungen für

„Junge Arena“ at Henning Busch, Tel. 0441/9988

VfL Nachwuchs mit zwei Siegen und einer Niederlage