

Ein Gefühl für das Zielen entwickeln

BOGEN-AG Schüler der Adolf-Reichwein-Schule lernen intuitives Bogenschießen

NEU-ANSPACH (bs). Die Pfeile werden platziert, die Bögen gespannt, die Zielscheibe fixiert, dann fliegen die Pfeile durch die Luft und treffen die Zielscheibe. Jeder der Jungen auf dem Neu-Anspacher Sportplatz darf in schneller Folge drei Pfeile schießen. Hans-Jürgen Noske, der Leiter der Bogen-AG an der Adolf-Reichwein-Schule (ARS), steht daneben, kontrolliert die Haltung seiner Schützlinge und gibt ihnen den einen oder anderen Tipp.

Der Zulauf zur kürzlich wieder gestarteten Bogen-AG hat Noske überrascht und erfreut. Der Vater eines ARS-Schülers bietet seit Kurzem diese AG an, in der die Teilnehmer das intuitive Bogenschießen erlernen. 25 Schüler haben sich angemeldet. Noske reagierte auf das große Interesse und bietet die Bogen-AG kurzerhand an zwei Tagen an. Die meisten der Schüler der Jahrgangsstufen fünf bis neun sind Jungen, doch auch drei Mädchen wollen diesen Sport kennenlernen.

Ganz wichtig ist Noske die Disziplin der Teilnehmer, denn ohne diese kann bei diesem Sport schnell etwas passieren. Das verstehen die Schüler und befolgen daher auch ganz genau die Anweisungen des Bad Homburgers. Noske selbst hat mit Anfang 20 das Bogenschießen für sich entdeckt. Anfangs trainierte er die olympische Disziplin im Verein, bevor er seine Leidenschaft für das intuitive Schießen mit dem einfachen Holzbogen ohne Visier entwickelte.

Dabei geht es vor allem um die Konzentration und die innere Sammlung, die für eine Jagd auf bewegte Ziele nötig wäre. Man entwickle durch Übung nach und nach ein Gefühl, eine Intuition für das Zielen, erklärt Noske.

Ein weiteres Merkmal der intuitiven Schießkunst ist der Verzicht auf technische Hilfsmittel. Geschossen wird mit geöffneten Augen und ohne Visier. Noske selbst schießt auf einem selbst angefertigten Holzbogen mit Holzpfeilen. Die Schüler in der Bogen-AG nutzen allerdings Carbonpfeile, die seien



Konzentriert bereiten sich die Schüler auf das Schießen vor. Hans-Jürgen Noske (links) beobachtet und gibt Tipps.

Foto: Stehnd

stabiler.

Jeder Bogenschütze benötigt als Ausrüstung einen Armschutz, einen Schießhandschuh, natürlich einen Bogen und für die Pfeile einen Köcher. Bisher ist die Ausrüstung für die Schüler noch minimalistisch. Eine Gruppe von zwölf Schülern teilt sich derzeit drei Bögen. Doch der Förderverein der ARS hat bereits für Abhilfe gesorgt und Ausrüstungsnachschub bestellt, freut sich Noske.

Außerdem sei geplant, dass die AG-Teilnehmer nach den Ferien aus Rohlingen ihren eigenen Bogen bauten. Darauf freuen sich die Schüler schon jetzt. Überhaupt sind diese ganz begeistert von dem AG-Angebot, auch wenn sie wissen, dass es schon einige Zeit dauert, bis man den Bogen raus hat beim Bogenschießen. „Es sind schon ein paar Monate nötig, um richtig schießen zu lernen“, erklärt Noske. Der sichere Stand und die perfekte Haltung seien das A und O. Zum Bogenschießen benötige man keine Muskelpakete, sondern die richtige Technik.

Jeweils in Dreiergruppen schießen – unter den wachsamen Augen Noskes – die Jungen ihre Pfeile auf die Zielschei-

be. Alle treffen ihr Ziel. „Ganz am Anfang ist ein Drittel komplett daneben gegangen“, erzählt der AG-Leiter und lobt die steigende Trefferquote. Er korrigiert bei dem einen oder anderen die Haltung und gibt Tipps. „Ihr müsst nicht unbedingt in die Mitte treffen, achtet lieber erst einmal auf die richtige Haltung.“

Marc, Julius und Matthias haben schon im vergangenen Jahr erste Erfahrungen mit dem Bogensport gesammelt. Sie waren sofort mit Eifer mit dabei, als Noske die AG wieder initiierte. „Das macht einfach Spaß, vor allem das Intuitive ist echt schön“, meint Julius und ist sich schon jetzt sicher, dass er auch im nächsten Schuljahr weitermacht.

Wer Lust hat bei Noske Bogenschießen auszuprobieren und selbst einen Bogen zu bauen, hat dazu auch im Römerkastell Saalburg Gelegenheit. Dort bietet der Bad Homburger Wochenenden mit Übernachtung für Väter und Söhne (Traditioneller Holzbogenbau und intuitives Bogenschießen) sowie für Mütter und Töchter („Töchter Dianas“) an. Infos gibt es im Internet unter <http://www.saalburgmuseum.de> oder bei Noske unter 06172/596272.