



# BVB - Newsletter

Offizielles Publikationsorgan des Bogenschützenvereins Bern

## Der BVB in der Sommersaison 2008

Es ist schon eine Weile her seit die Sommersaison begonnen hat. Der Trainingsbetrieb ist in vollem Gange und der erste Schnupperkurs ist auch schon erfolgreich über die Bühne. Vieles ist wie im letzten Jahr, einiges hat sich aus verschiedenen Gründen geändert. In diesem Newsletter sind die wichtigsten Infos zusammengestellt. Hier die Schlagzeilen in Kürze:

- Das neue **Training am Mittwochabend** wird nach dem ersten Quartal wieder gestrichen, weil zu wenig besucht. Der Trainer steht für individuell vereinbarte Trainings aber weiterhin zur Verfügung. Auch sind ca. 1x pro Monat am Samstag wieder geführte Trainings vorgesehen (siehe Kalender). Ansonsten findet am Samstagnachmittag freies Schiessen statt.
- Am Donnerstag findet zudem dank der Initiative von Gian-Luca Bernasconi ein **Instinktiv-Training** statt.
- Beim freien Schiessen sorgt sich wird jeweils ein/e Platzverantwortliche/r um die Schnuppermitglieder und die Sicherheit auf dem Platz.

- Alle Infos zum Training können aktuell auf der BVB-Homepage abgerufen werden. Der Vorstand hat sich so gut wie möglich organisiert. Die neuen Mitglieder übernehmen langsam neue Aufgaben, die Ressort- und Aufgabenliste wird weiter entwickelt.
- Unser Materialverwalter ist im Augenblick beruflich sehr angespannt, weshalb René in letzter Zeit weniger auf dem Platz anzutreffen war als auch schon. Im Namen des Vorstandes wird Simon Kaufmann einen Teil seiner Aufgaben ad interim übernehmen. Wir hoffen, dass er dabei die Unterstützung der Mitglieder finden wird.
- Ebenfalls haben wir in diesem Newsletter grundsätzliche Themen wie „Rauchen“ und „sexuelle Belästigung“. Beide entsprechen wichtigen Anliegen im Rahmen unseres Leitbildes:

Und nun wünschen wir Euch weiterhin eine gefreute Sommersaison und alles ins Gold!

Heiner Widmer, „Chefredaktor“

### Inhaltsverzeichnis

Der BVB in der Sommersaison 2008	1
BVB – Termine 2008	1
Offizieller Teil.....	2
Mitteilungen aus dem Vorstand	2
FITA-BVB 08 - nicht vergessen!	
Aufgabenverteilung im Vorstand 2008	
Der BVB wird rauchfrei	2
Training und Schiessbetrieb	3
Samstagsbetrieb	
Trainingsmodus	
Platzbenutzung und Rasenmähen	3
Instinktiv-Schütz/-innen im BVB	3
Das Getränkeproblem	4
Schutz vor sexueller Belästigung	4
Ämtilliste des BVB	4
Sicherheit im Hoselupf	5
Regeln für alle	
Worum es geht	
Allgemeines	
Der/die Platzverantwortliche	
Resultate von BVB Mitgliedern Hallensaison 2007/08	6
Neue Trainingshilfen	6
Der BVB hat wieder eine Videokamera	
Ende des offiziellen Teils.....	6
Die Hochgeschwindigkeitskamera	7
Bogenschiessen mit erhöhtem Spassfaktor	10



## BVB – Termine 2008

Wann	Was	Kommentar
Freitag 1. August 2008 ab 17 Uhr	Nationalfeier auf dem Hoselupf Bräteln mit Fackel-Schiessen	Familien und Freunde herzlich willkommen
Samstag / Sonntag 9./10. August 2008	FITA Bern	Dringend Helfer gesucht (siehe Seite 2)
Samstag, 13. Sept. 2008	Vereinsmeisterschaft	Mitmachen geht vor dem Rang...
Samstag, 25. Oktober 09.00 – 13.00 Uhr	Platzputzete Hoselupf und kleine Hallenzügelte	Bei jeder Witterung! Auszahlung des Solidaritätsbeitrags auf Platz!

**Offizieller Teil**.....

**Mitteilungen aus dem Vorstand**

**FITA-BVB 08 - nicht vergessen!**



Nach einer Pause von 3 Jahren organisiert der BVB - wie ihr per sofort auch auf [www.asta-sbv.ch](http://www.asta-sbv.ch) sehen könnt - am 10. August 2008 wieder ein FITA-Turnier. Der Modus wird ein 2x70m sein.

Es handelt sich dabei nicht nur um eine einmalige Gelegenheit, mal Turnierluft zu schnuppern, sondern auch um eine der seltenen Anlässe, bei dem sich die BVB-Mitglieder-Gemeinschaft wieder einmal zu einem Happening zusammenrauft.

**Einsatz 1:** Samstag, 13.00 Uhr bis ca. 19.30 (ca. 15-20 Personen): Transporte, Platzvermessung, Einrichten Allmend.

**Einsatz 2:** Sonntag 6.00 Uhr bis ca. 8.00 (ca. 15-20 Personen) Unterstützung für die AG Küche und die Turnierleitung

**Einsatz 3:** Sonntag 10.8 ab 8.00 Uhr bis ca. 16.00 (ca. 10 Personen) (nur Nichtschiessende)

**Einsatz 4:** Sonntag 15.30 Uhr – ca. 20 Uhr (ca. 15-20 Personen) Abräumen und Abtransport (alle Schiessende!)

**Bitte sendet Eure Anmeldung an Heiner Widmer!**

Wie üblich wird an diesem Event 50% des Solidaritätsbeitrages vergütet.

**Aufgabenverteilung im Vorstand 2008**

Vorstandsmitglied	Ressorts	Aufgaben/Verantwortlichkeit
Thomas Rufer, Präsident 078 711 51 16	Präsidiale Aufgaben Training	Repräsentation, Schlichtungsstelle Clubtraining, Turniere (Anmeldungen, Resultate) Events intern und extern Homepage
Lothar Mock, Kassier 079 541 01 29	Finanzen	Kassenführung Rechnungen Schlüsselverwaltung Klubhaus und Halle
Heiner Widmer, Sekretär 079 756 78 35	Mitgliederverwaltung Mitgliederinformation	Beitritte Schnupper- und Vollmitglieder Schnupperkurse Newsletter
René Fuhrer, Vorstandsmitglied, 076 510 41 11	Infrastruktur und Material Schiessbetrieb Turniere BVB	Material und Infrastruktur FITA - Turnier des BVB
Sonja Rentsch 079 674 70 18	nicht festgelegt	Vorstandssitzungen Schlichtungsstelle
Christoph Fridli 079 604 00 35	nicht festgelegt	Mitwirkung Newsletter Postfach

**Der BVB wird rauchfrei**

Gestützt auf das Wissen um die schädlichen Auswirkungen des Passivrauchens und die entsprechenden Empfehlungen der Gesundheits- und Sportorganisationen ist der BVB verpflichtet, den Schutz der Nichtraucher sicher zu stellen. Im Interesse von optimierten Schutzmassnahmen gelten in der Halle und auf dem Schiessgelände deshalb folgende Bestimmungen:

- **Gemeinschaftsräume/Halle:** Alle sportlich genutzten Gemeinschaftsbereiche wie Halle und Gebäude in Ittigen sind rauchfrei. Hallenbenutzerinnen und Benutzer (Ittigen) verlassen das Gebäude zum Rauchen und sind für das Entsorgen der Raucherabfälle selber besorgt.
- **Im „Hoselupf“** sind der Platz und die Schiesslinie rauchfrei, ebenso Küche und Bogenraum. Es sind genügend Aschenbecher im Bereich des Unterstandes vorhanden, so dass keine Entsorgung von Zigarettensmummeln im Freien notwendig ist!
- **Empfehlungen für Raucherinnen und Raucher:** Bitte nehmt im Sinne unseres Leitbildes auch Rücksicht auf die nicht rauchenden Mitglieder.
- **Veranstaltungen:** Die rauchfreien Zonen gelten auch während Veranstaltungen.
- Diese Regelung gilt ab Sommersaison 2008.

**Der Vorstand dankt allen Mitgliedern für das Einhalten des Rauchverbots.**

**Alles in Gold und eine gute Saison!**

## Training und Schiessbetrieb

### Samstagsbetrieb & Trainingsmodus

Thomas Rufer, Trainingsverantwortlicher

Da ich bis voraussichtlich September 2011 eine Weiterbildung besuche, die mir sehr viele Samstag-Nachmittage blockieren wird, war geplant und kommuniziert worden (HV), das offizielle Training auf den Mittwoch 19:00-21:00 zu verlegen.

Dieses Training für die G2- und G3-Schützen hätte das Training am Samstag ersetzen sollen, wie es während vielen Jahren im BVB gang und gäbe war. Leider fanden sich regelmässig lediglich 0 - 4 Teilnehmern vor Ort zum Training ein, was den Aufwand / Nutzen alles andere als optimal ausfallen liess. Aus diesem Grund wird dieses Training am Mittwoch wieder ausfallen. Somit scheint die einzig gangbare Möglichkeit das Training am Samstag zu sein.

Aus Anfangs genannter Ausbildungsverpflichtung, werde ich die Trainings am Samstag explizit im Kalender auf der Homepage BVB ankündigen sofern meine Samstagnachmittage von der Schule definiert wurden. Ich hoffe, dass sich diese Lösung besser bewähren wird als der Mittwoch. Themen, die behandelt werden, sollen von den Mitgliedern gewünscht werden können. Die Themen werden allgemein mehr in eine langzeitliche Basis gebracht. Ohne Basis kein Zenit.

Jeder Schütze, jede Schützin darf selbstverständlich auch direkt auf mich zukommen mit Problemen, die er/sie nicht im Training behandeln, sondern in einer direkteren Art bearbeitet haben möchte. Ich bitte um Verständnis bei persönlichen Zeitkonflikten meinerseits.

Findet Samstags kein Training statt, ist der Platz von 15-17 Uhr reserviert für freies Schiessen der G1-, G2- und G3-Schützinnen und Schützen. Um die Sicherheit zu gewährleisten, wird ein Platzverantwortlicher, eine Platzverantwortliche bestimmt und im Anschlag auf dem Platz bekannt gegeben. Die platzverantwortlichen Personen sind den Kalender der Homepage zu entnehmen.

Ein Informationsblatt, das Regeln sowie den Umgang und die Verantwortungen der Schütz/-innen und der platzverantwortlichen Person festhält, steht zur Verfügung. Das Informationsblatt ist ab sofort gültig (seit Mai 2008) und wird jedem Mitglied mit diesem Newsletter zur Verfügung gestellt (siehe Seite 5).

### Platzbenutzung und Rasenmähen

Ich möchte hier die Gelegenheit nutzen nochmals auf die Regeln um das Rasenmähen hinweisen:

Wenn diese Leute den Rasen mähen ist der Platz für diese Aktivität gesperrt und ein Schiessen ist nicht möglich. Das Rasen mähen hat Vorrang vor jedem Schützen.

Wer also nicht zu dem Zeitpunkt auf dem Platz sein will, wenn der Rasenmäher brummt, der soll sich auf der Homepage über die Termine und Kontakte des Rasenmähens informieren und gegebenenfalls bei der dazugehörigen Telefonnummer nachfragen.

Das Rasenmäherteam (Simon, Urs, Markus) verrichtet diese Arbeit im Auftrag des Vorstandes und ist in dieser Tätigkeit als Vertretung des Vorstandes zu betrachten.

Aus dem Leitbild des BV Bern:

*„Wir pflegen einen respektvollen Umgang und setzen uns für einander ein.“*

Für den Vorstand  
Thomas Rufer

### Instinktiv-Schütz/-innen im BVB



Die Zahl der Instinktiv Schütz/-innen hat sich erhöht, Vermehrt sieht man im Hoselupf auch Longbows und Bowhunter in Aktion. (Bild rechts) Auch an der Kantonal-bernischen Meisterschaft war der BVB gut vertreten (Bild links).

**Am Donnerstag findet jeweils ein Training von 19-21 Uhr statt.**



## Das Getränkeproblem

Thomas Rufer, Präsident

In der Wintersaison musste leider festgestellt werden, dass Bargeld aus dem Portemonnaie entwendet und Getränke nicht bezahlt werden.

So fehlt nach einer Saison rund die Hälfte des Geldes, das da sein sollte...

Aus diesem Grunde sind wir leider gezwungen, unseren Service des Getränkeverkaufes anzupassen. Diese Anpassung wird in 2 Schritten erfolgen wobei eine Sofortmassnahme (Schritt 1) und eine Langfristmassnahme (Schritt 2) eingeführt werden soll:

Erster Schritt:

- Der Verein kauft keine Mineralwasser mehr ein.
- Der kleine Kühlschrank wird freigegeben für die Kühlung privat mitgebrachter Getränke.
- Jedes Mitglied ist selber verantwortlich für seine Getränke.
- Der Verein übernimmt keine Verantwortung über diese Getränke.

Zweiter Schritt:

Zeitlich parallel dazu wird ein Schliesssystem für den grossen Kühlschrank und eine abschliessbare Kasse installiert. Sobald diese Infrastruktur installiert ist, wird der Verein wieder Getränke anbieten können. Der Verkauf davon wird aber über den vom Vorstand definierten Platzverantwortlichen vor Ort abgewickelt nach dem Motto Ware gegen Geld.

- Für private Ess- und Trinkwaren ist weiterhin der kleine Kühlschrank vorgesehen.
- Die Mitglieder sind angehalten, ihre Esswaren nicht lose, sondern in angeschriebenen Behältnissen (Tupperware zB) im Kühlschrank zu lagern.

Für Kaffee, Tee und Suppen wird weiterhin der Verein sorgen. Bezahlt werden diese Waren weiterhin mit den gewohnten Preisen; allerdings neuerdings in die fix montierte und abgeschlossene Kasse in der Küche.

**Wir finden es schade, dass solche Änderungen nötig sind.**

## Schutz vor sexueller Belästigung

Trainerinnen und Trainer tragen eine besondere Verantwortung. Wir sind uns dessen bewusst und sind respektvoll mit einander. Wir pflegen im Training, sofern nötig und beidseitig gewollt, Körperkontakte, die zu dem sportlichen Rahmen passen, in dem sie stattfinden. Wir dulden keine sexuelle Belästigung und verurteilen jegliches Verhalten, das die Integrität von unseren Mitgliedern verletzen kann. Namentlich sexuelle Übergriffe in ihrer Komplexität verletzen die physische und die psychische Integrität, die Würde und die Persönlichkeit eines Menschen.

Als vereinsverantwortliche Personen nehmen wir deshalb Andeutungen oder Vorwürfe von Betroffenen, Eltern oder Dritten ernst. Wir setzen uns für eine rasche und umfassende Aufklärung der Vorwürfe und den umfassenden Schutz der Opfer ein. Wir hören unseren Mitgliedern zu und beraten Sie. Gegebenenfalls beanspruchen wir die Unterstützung einer Fachstelle.

Anfragen oder Auskünfte werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Ansprechpersonen:

Thomas Rufer, Präsident

Sonja Rentsch, Vorstandsmitglied

## Ämtlliste des BVB

Wer	Macht was
Simon Kaufmann, Urs Stauffer, Markus Merz	Rasenmähen
Rene Fuhrer, Simon Kaufmann	Schiess-Material
Agnes Leu, Jaques Volland	Küche
Andy Weber	Getränke, Suppen, Schoggi, Portemonnaie
Heiner Widmer, (Thomas Rufer)	Info-Versand, Newsletter
Thomas Rufer	Externe Turnieranmeldungen
Simon Kaufmann (ab sofort regelmässiger Gast im Vorstand)	Haupt-Platzverantwortlicher am Samstag (Stv. von René Fuhrer)



## Sicherheit im Hoselupf

### Regeln für alle



### Worum es geht

- Jedes Mitglied des BVB nimmt mit seiner Unterschrift auf dem Beitrittsformular das Platz- und Schiessreglement zur Kenntnis und verpflichtet sich, sich auch danach zu verhalten.
- Seit einiger Zeit hat sich der Samstagnachmittag als Trainingszeit etabliert. Es befinden sich oft erfreulicherweise bis gegen 20 Mitglieder und Schnuppermitglieder auf dem Platz.
- Da in nächster Zeit die Trainingsbetreuung nur begrenzt möglich ist, findet am Samstag von 15 – 17 Uhr jeweils freies Schiessen statt, an dem Mitglieder und Schnuppermitglieder teilnehmen können.
- An jedem Samstag wird jeweils ein Mitglied durch den Vorstand als Platzverantwortlich bezeichnet, das zur Sicherstellung eines sicheren und geordneten Schiessbetriebes über Weisungsbefugnisse im Sinne des Platzreglements verfügt.

### Allgemeines

- Alle Schütz/-innen haben die Pflicht, selber aktiv zur Sicherheit des Schiessbetriebes beizutragen. Das Platzreglement ist für alle Mitglieder gültig.
- Am Samstag (freies Schiessen) wird vom Trainingsverantwortlichen oder vom Vorstand ein Mitglied als verantwortlich für den Schiessbetrieb bezeichnet und auf der Homepage bekannt gegeben.
- Konnte keine platzverantwortliche Person bestimmt werden, haben die anwesenden Schütz/-innen und Schützen die Pflicht, diese Verantwortung untereinander zu regeln.
- Schütz/-innen können sich selbstverständlich gegenseitig unterstützen.
- Vor allem bei Anfängerinnen und Anfängern kann trainingstechnische Hilfe aber auch verwirren, wenn sie nicht dem bisher Geschulten entspricht.. Es gilt deshalb:
  - Bevor andere Schützinnen und Schützen beeinflusst oder korrigiert werden, sollen sie gefragt werden, ob dies erwünscht ist.
  - Alle Mitglieder haben das Recht, jederzeit angebotene Hilfe dankend abzulehnen.
  - Eine Ablehnung ist zu akzeptieren.

### Der/die Platzverantwortliche

- hat Weisungsbefugnis im Sinne des Platzreglements. Dies betrifft vor allem die Koordination betreffend Pfeile holen gehen, soweit dies erforderlich ist.
- Fungiert als ein Vorbild und verhält sich korrekt; begrüsst die Mitglieder.
- Definiert den Schiessrhythmus. Und ist besorgt dafür, dass 18m – Schütz/-innen in einer Schiesspause der Langdistanzschütz/-innen ihre Pfeile holen können.
- Gibt Anschrift seines Namens an der dafür vorgesehenen Tafel bekannt, dass er/sie diesen Posten an diesem Tag übernimmt.
- Hat das Recht, Verwarnungen auszusprechen, wenn eine Schütz/-in grob fahrlässig gegen die Regeln und allgemeinen Sicherheitsbestimmungen des Platzreglements verstösst.
- Ist erste Ansprechperson in allen Fragen betreffend Technik, Material, Form, Problemen, usw.... Kann er/sie die Frage nicht beantworten, leitet er/sie die Schütz/-innen an geeignete Personen oder den Trainingsverantwortlichen weiter.
- Darf jederzeit mit Vorstandsmitgliedern Rücksprache nehmen, falls Eskalationen auftreten sollten.
- kann Getränke aus dem abschliessbaren Kühlschrank (sobald installiert) nach dem Prinzip „Ware gegen Geld“ herausgeben.
- Kümmert sich um die anwesenden Schnuppermitglieder.

**Wir pflegen einen respektvollen Umgang miteinander, setzen uns für einander ein.**

Diese Zeilen entstammen dem Leitbild des BVB und sind für unsere Mitglieder wichtig. Sie entsprechen unserer Club-Kultur. Der Trainingsverantwortliche und der Vorstand danken allen Mitgliedern für einen fairen und kollegialen Umgangsstil und wünschen alles in Gold!

## Resultate von BVB Mitgliedern Hallensaison 2007/08

Wo	Wann	Was	Wer	Final-Rang	Punkte /Quali	Platz Quali	Platz KBM
Zuchwil	02.12.2007	2x18m	Thomas Rufer	2	556		
Sierre	03.02.2008	2x18m	Thomas Rufer	1	563		
Yverdon	10.02.2008	2x18m	Simon Kaufmann	1	495		
Yverdon	10.02.2008	2x18m	Thomas Rufer	3	558		
Yverdon	10.02.2008	2x18m	Heiner Widmer	12	470		
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Simon Kaufmann	1	536		1
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Matthias Kläy	3	326		1
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Thomas Rufer	5	537		1
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Rene Fuhrer	7	528		2
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Heiner Widmer	11	482		4
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Jacques Voland	29	427		6
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Isabelle Caruso	11	231		1
Düdingen	02.03.2008	2x18m, KBM	Niklaus Neuenschwander	5	447		1
Turin	3.3.-8.3.08	2x18m, EM	Thomas Rufer	49	555		
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Team BVB	3	1653		
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Simon Kaufmann	1	536	2	
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Thomas Rufer	2	562	3	
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Niklaus Neuenschwander	6	472	8	
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Rene Fuhrer	8	551	7	
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Heiner Widmer	11	475	14	
Magglingen	09.03.2008	18m SM; Rec, BB	Thomas Hardmeier	16	540	11	

### Medallienspiegel 02.12.2007 - 09.03.2008

Gold	9
Silber	3
Bronze	3

## Neue Trainingshilfen

### Der BVB hat wieder eine Videokamera

Die Kamera, die uns beim letzten Hochwasser „abgesoffen“ ist, konnte nun endlich definitiv ersetzt werden.

Im Vordergrund standen 2 Kriterien:

1. Einfache Handhabe
2. Flexibles Handling der Aufnahmemedien; wenn möglich personalifiziert.

Dank eines guten Schnäppchens (Ausstellungsmodell) konnte der BVB hier eine sehr gute Kamera zu einem super Preis erlangen:

Die Sony DCR-DV508.

Dies ist eine einfach zu bedienende Digital-Videokamera, welche die Daten auf Mini-DVDs schreibt. Ein Wechsel ist sehr einfach und schnell. So ist es zB möglich, dass jeder Schütze seine eigene DVD hat.

Ein weiterer Vorteil dieses Formates ist, dass die DVD in jedem PC und DVD-Player angeschaut werden kann.

Ausserhalb des Budgets wurde ein kleiner TV und ein DVD-Player im hinteren Räumchen des Vereinshauses installiert, auf dass man sich in Ruhe die Materialien anschauen kann (Sponsoring Thomas R).

Ein Highlight der Kamera ist aber nebst der guten Aufnahmenqualität ein Slowmotion-Modus, der schon einiges aufzeigen kann.

Die Aufnahmemedien sind Sache des Schützen. Besorgt euch also zB im Interdiscount miniDVDs. Ich habe gute Erfahrungen gemacht mit den TDK Rewriteable.

Im Budgetrahmen von 1000.- wurde die Kamera, eine Tasche, ein Zusatzakku, sowie ein Stativ gekauft.

Die Kamera ist beim Trainer (Thomas R.) in der Verwaltung. Bitte Sprecht euch mit ihm ab und lasst euch auch die Bedienung kurz erklären.

Thomas Rufer  
Trainer BVB

**Ende des offiziellen Teils.....**

## Die Hochgeschwindigkeitskamera

**Oder: Über die Möglichkeit um Material- und Formproblemen auf die Spur zu kommen**

Nachdem der BV Bern eine DVD-Videokamera für Dokumentationszwecke im Training gekauft hat, kann ich nun noch eine Ergänzung anbieten:

Seit kurzem bin ich privat im Besitz einer Hochgeschwindigkeitskamera von Casio.

Mit ihren 1200 Bildern / Sekunde bei verminderter Auflösung sowie 60 Bildern / Sekunde bei voller Auflösung (6 Mio. Pixel) sind Erkenntnisse direkt vor Ort möglich, die so bisher nur zB bei Werner Beiter in Dauchingen, Deutschland, möglich waren.

**Am 14.6.08 wurden erste Testaufnahmen gemacht mit sehr guten Ergebnissen:**

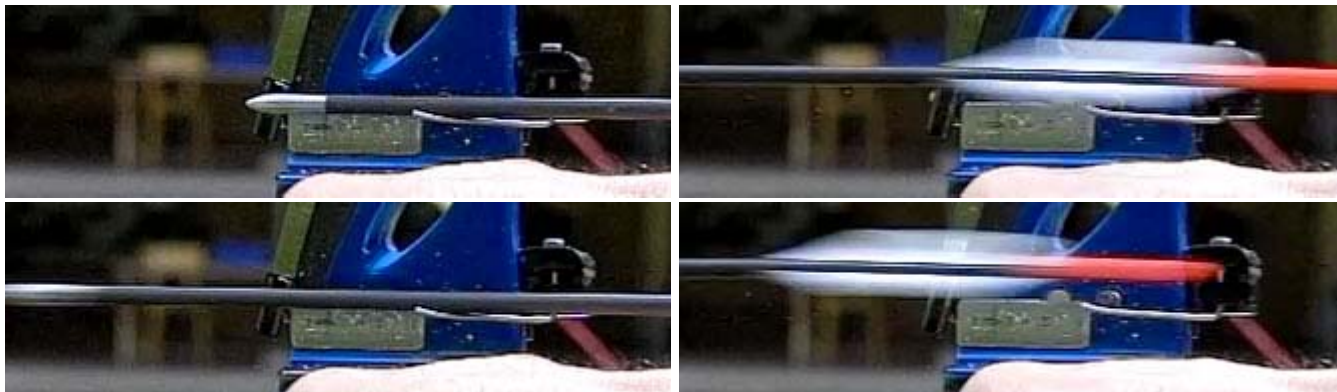


Abb. 1: Einzelbilder aus einem Video, das die Pfeilfreiheit auf der Pfeilaufgabe zeigt

Unter Turnierbedingungen wurde am neuen Doppel-FITA in Gampel erstmals freihändig und bei sehr schlechtem Licht auch ein Hörtetest durchgeführt, der wirklich als gelungen bezeichnet werden kann (Abb 2).

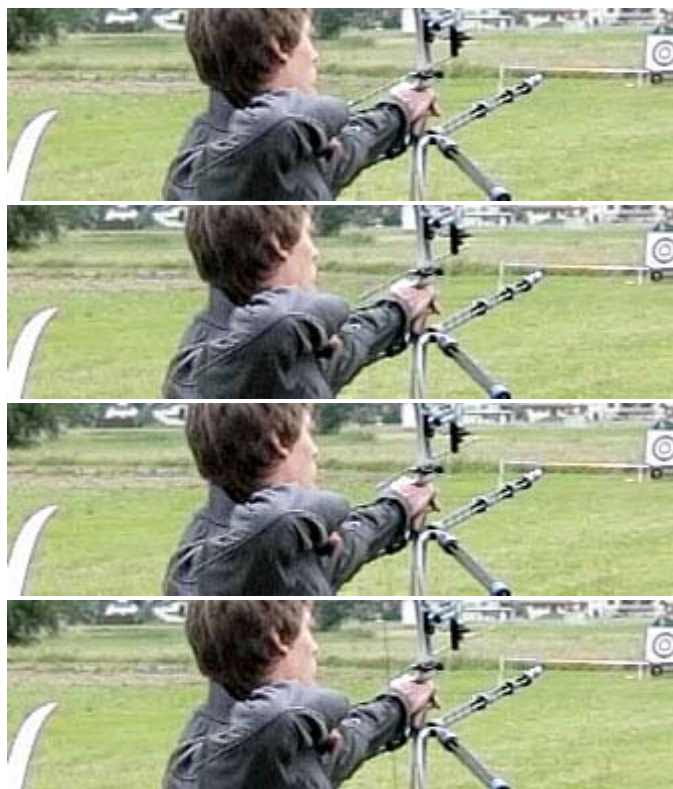


Abb2b: Einzelbildserie



Abb2a: Pfeil im Flug



Durch den Timeshift-Modus, der quasi das Fotografieren in der Vergangenheit erlaubt, ist es nun sehr einfach den gesuchten Zeitpunkt (z.B. die Dynamik des Bogens beim Beschleunigen des Pfeiles) einzufangen und zu analysieren.

Abb.3 zeigt eine asynchrone Beschleunigung der Wurfarme: Während der obere Wurfarm noch still stehen bleibt, beschleunigt der untere Wurfarm schon und legt einen beachtlichen Weg zurück.



Abb.3: Asynchrone Beschleunigung

Abb. 4: Die Dynamik eines Schiessablaufes lässt sich mit einfachsten Mitteln festhalten und für vertiefte Selbststudien verwenden. Hier wurde geschaut, wie sich die Wurfarmdynamik auf die Sehne beim Beschleunigen auswirkt (Sehne nachgezeichnet).

Es sei hier gesagt, dass es nicht Sinn macht, solche Aufwände zu betreiben, wenn man noch bekannte und grundlegende Probleme hat. Ein tiefes Verständnis für den Bogen und den Körper sind wichtig, um zB aus den Highspeed-Filmen die Informationen zu ersehen, die auch die Probleme darstellen. Diese Kamera wird voraussichtlich vor allem im G1-Training zum Einsatz kommen.

Die Kamera wurde aus privaten Mitteln gekauft und ist kein Eigentum des BV Bern, aber sie kann mit mir genutzt werden. Schreibt mir eine eMail und dann machen wir einen Termin ab.

Thomas Rufer



Abb.4: Die Dynamik der Sehne...




Steckbriefe neuer Mitglieder

	Name:	Jegerlehner
	Vorname:	Heinz
Geburtsdatum:		16.05.1948
Beruf:		Informatiker (ab 01.06.08 pensioniert)
Hobbies:		Sport, Kochen, Zeichnen und Malen
Was ich mag:		Etwas gestalten., neue Sachen ausprobieren. Mit einem Gerät zusammen Sport betreiben. Gutes Essen mit gutem Wein.
Was ich nicht mag:		Lange Autofahrten an einem Stück Feuchtes Klima Dicke Bücher Agressivität Fast Food

Was mir Bogenschiessen bedeutet:  
Konzentration, das gute Gefühl mit dem Bogen zusammen eine Harmonie erzeugen und dann loslassen.  
Spass, Geselligkeit und Abwechslung in einem angenehmen Umfeld.

	Name:	Kläy
	Vorname:	Matthias
Geburtsdatum:		09.09.1971
Beruf:		Betriebswirtschafter HF / Student ETHZ
Hobbies:		Schöne Stunden im Grünen geniessen, Fussball, Bogenschiessen, schottischer Malzwhisky
Was ich mag:		den Frühling, die Sonne, den Wald, die Mitte der Zielscheibe ;-)
Was mir nicht gefällt:		der Winter, der Rand der Zielscheibe ;-), SVP-Initiativen

Was mir Bogenschiessen bedeutet:  
Den Umgang mit einem „altertümlichen Gerät“ ohne technische Hilfsmittel, die Suche nach der inneren Ruhe und Gelassenheit, gepaart mit der Fokussierung auf ein Ziel, die Auseinandersetzung mit mir selbst, der Austausch mit gleich gesinnten Leuten.

	Name:	Merz
	Vorname:	Markus
Geburtsdatum:		13.10.1979
Beruf:		Lebensmitteltechnologe
Hobbies:		Bogenschiessen, Reisen, Pflanzen, Kino
Was ich mag:		schönes Wetter, nette Menschen
Was mir nicht gefällt:		unfreundliche, gehässige Menschen
Was mir Bogenschiessen bedeutet:		Am Bogenschiessen gefällt mir die Schlichtheit und die Effizienz ohne Zielvorrichtung gut treffen zu können, auch wenn es viel Übung braucht. Es vermittelt mir ein gutes Gefühl und es ist eine gute Übung um seinen Kopf „abzustellen“. Die Bewegung ist sehr schön und die Kombination von Kraft und Loslassen und den Pfeil fliegen zu sehen hat einfach Suchtpotenzial.....!

## Bogenschiessen mit erhöhtem Spassfaktor

Bericht von Markus Merz aus Meiringen vom 10. - 12. Mai 2008

Schon auf dem Weg vom Parkplatz zu unserem Tipi entdeckten Simon und ich das erste 3D Tier. Ein stehender Schwarzbär in ca. 40 m Steilhang unter uns. Ich freute mich schon wahnsinnig auf den Parcours weil es vollkommen neu für mich war. Als wir nun am Tipi ankamen hatten Fam. Fuhrer schon ein Feuer gemacht und wir konnten uns nur noch, zu Servalat und Brot und ein Bier dazusetzen.

Nach einer kühlen und „harten“ Nacht auf dem Boden ging's dann endlich los.

Der erste Teil des Parcours war auf relativ offenem Feld. Wir alle trafen gut und wenn's doch mal daneben ging..... macht nichts, da der Boden doch noch nicht so steinig war.



Weil wir die einzigen Bogenschützen waren, konnten wir auch Schüsse von bis zu 90m wagen, was uns allen viel Spass machte.

Der 2. Teil des Parcours war jedoch um einiges schwieriger..... es ging in den Wald und das Gelände wurde extrem steil und steinig. Da gab es nur eins..... treffen. Denn wer mit einem nur halbwegs leistungsfähigem Bogen unterwegs war konnte sicher sein, dass sein Pfeil wenn er nicht traf in min. drei Teilen verschwand! Insgesamt verloren wir so 35 Holzpfeile. Selbst Karbonpfeile hatten zu leiden...!



Spätestens am Abend jedoch, nach der erfrischenden Dusche mit 10°C „warmem“ Wasser, waren die Verluste vergessen.



Wir hatten eine gute Zeit und im Namen von allen möchte ich mich bei Corinne und Rene für die Organisation und das gute Essen bedanken.