

Krieg in Europa!



Der Club Bogensport Zentrum Zürich unterstützt die Bevölkerung der Ukraine mit verschiedenen Aktionen.

Sponsorenschiessen & Schnuppertraining	CHF 4'225
Lehrgang 1	CHF 1'050
Vorschuss für Stadt Zürich J+S	
Trainer Vergütung,	CHF 4'600
TOTAL	CHF 10'000

Der Erlös würde dem UBS Optimus Foundation für das Projekt «Ukraine» gespendet. Die UBS verdoppelt den gespendeten Betrag.

Charity Weekend 12. / 13. März

Sämtliche Einnahmen des Wochenendes gehen an die Bevölkerung der Ukraine.

Die Einnahmen setzen sich wie folgt zusammen:

Herzlichen Dank an alle Teilnehmer, Sponsoren und Organisatoren!

15. Generalversammlung, 7. Mai 2022

Das Wichtigste in Kürze:

Sämtliche Mitglieder des Erwachsenen- und Junioren-Vorstandes wurden im Amt bestätigt:

Kurt Nünlist Präsident,

Felix Rinderknecht Vize-Präsident,

Christine Berger Kassiererin,

Daniela Huber Homepage und Reservationssystem,

Christian Regli Planungs- und Baukommission,

Mei-Zie Vetsch Beisitzerin (Protokollführung und Buchhaltung),

Alexander Rüger Beisitzer (Protokollführung und Clubwettbewerbe),

Yannik Steiger Soziale Medien,

Dennis Bailer Juniorenvorstand,

Toa Läderach Juniorenvorstand,

Omar Oberholzer Juniorenvorstand,

Mila Binswanger Juniorenvorstand

Neu in den Vorstand wurde *Marc Dietiker* gewählt. Er übernimmt den

Bereich Koordination Unterhalt Außenplätze. Herzlich willkommen in deinem neuen Amt!

Aus der Migros-Aktion "Support your Sport" konnten CHF 3260.45 generiert werden. Dieser Betrag (abzüglich Vorschuss CHF 2000.00 von Kurt) wird dem Hallenkonto gutgeschrieben.

Das Protokoll der GV wurde am 9. Juni 2022 per Mail an alle Mitglieder versandt.

**Überflieger 2021:
Toa Läderach**

Herzliche Gratulation Toa!



In dieser Ausgabe

3-6

Diverse Turniere



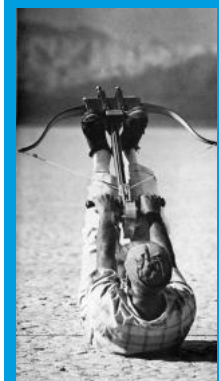
7-9

Run-Archery



10-11

Sch(l)usspunkt Die Weitesten Schüsse

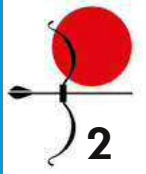


15. GV, 2. Teil Anschließend ging es zum gemütlichen Teil über. Die von der Pizzeria Pizarino nebenan zubereiteten Köstlichkeiten fanden reißenden Absatz.

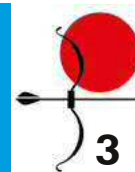
Nach, oder während des Verzehrs, konnten sich die Anwesenden am GV-Plauschturnierchen versuchen. Es galt, die unter Aufsicht der Jugend Feuerwehr (vertreten durch Ben) die aufgestellten Büchsen aus kurzer Distanz zu treffen. Wie die verschiedenen Schusstechniken zeigen, ein nicht ganz einfaches Unterfangen. Für manch einen routinierten Schützen wurde der Umgang mit dem Bögli zu einer echten Herausforderung.

Die 3 erst Platzierten einen Softbow Warrior als Trophäe mit nach Hause nehmen. Für Spaß am nächsten Hausfest ist gesorgt.

An dieser Stelle herzlichen Dank an die Sponsoren von Pizza und Softbow! (plu)



European Indoor Archery Championships 16.-19.3.2022 Seinäjoki



Andrea Zindel gewinnt die Bronzemedaille in der Kategorie Adult Male Longbow.

Mit dem Team Bowhunter steht er ein zweites Mal auf dem Podest und gewinnt nochmals Bronze!

Souverän - Herzliche Gratulation, Andrea!

Schweizermeisterschaft Lausanne, 25.-27. März 2022



Unsere Gold- und Silber-Gewinner: Meizie, Aleksandar; Jürg, Andrea, Tobias, Joel, Toa, Timo, Munthasir (unten Links) und Christine (unten Rechts). Von Tanja und Valentin sind leider keine Bilder vorhanden

Auch an den Schweizermeisterschaften können unsere Turnierschützen einige Erfolge feiern.

Goldmedaille: Joel Kernwein, Aleksandar Nolic, Tobias Volkart, Andrea Zindel,

Team Bowhunter mit Tobias Volkart, Jürg Schläpfer, Mei-Zie Vetsch

Silbermedaille: Munthasir Muhammed, Timo Scholer, Mei-Zie Vetsch

Bronzemedaille: Valentin Slama

Diplome: 1. Rang Toa Läderach, Tanja Gasser, Christine Berger
2. Rang Ashar Muhammed

Herzliche Gratulation an alle Teilnehmer zu dieser super Leistung!

Die alternierenden Finale waren ausserordentlich spannend und wurden auf YouTube veröffentlicht!

SwissArchery Association - YouTube

Die Ranglisten findet ihr unter:
SM Indoor U18 - Master und
SM Indoor Youth U11 - U15



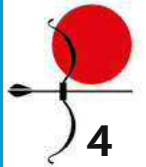
Munthasir

Christine



Les IX heures d'Apples, Lausanne, 10. April 2022

Von (Jedi-)Rittern, Elfen und Trollen



Das 9 Stunden Turnier wurde organisiert und durchgeführt vom "Archers Associés Apples" Club.

Es waren 25 Teams anwesend. Pro Team durften maximal 3 Teilnehmer schiessen. Die Teams konnten selber bestimmen, wer wieviel schiesst.

In unserem "Perpetuum Mobile Archers" Team haben wir jeweils nach 30 Pfeilen gewechselt, so hatte jeder Schütze etwa 2 Stunden Pause zur Regeneration.

Viele der Teams waren im Kostüm anwesend. Es wurden über 11'000 Pfeile geschossen.

Es wurden auch Spassrunden geschossen, so musste man einmal die Ringe schiessen, welche von der Speakerin geschossen wurden. Für 3 gleiche Ringe gab es 50 Bonuspunkte, für 2 gleiche

Ringe 25 und für 1 gleichen Ring noch 10 zusätzlich zu den geschossenen Punkten.

Bericht und Bilder von Yannik Steiger



Team Perpetuum Mobile:
Tuvshintugs, Yannik und Jürg



**Robin Hood is
Back! ...**

**And Elvis has
just left the
building ...**





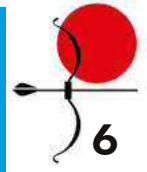
Der Mann mit der Weissen Fahne und die Speakerin



Osterturnier 18. April 2022

An diesem strahlend schönen Ostermontag fand auf dem Aussenplatz das von Yannik organisierte Osterturnier statt. Wie immer war gemütliches Beisammensein wichtiger als der sportliche Erfolg. Hier ein paar Eindrücke.

Herzlichen Dank an Yannik für die Organisation.

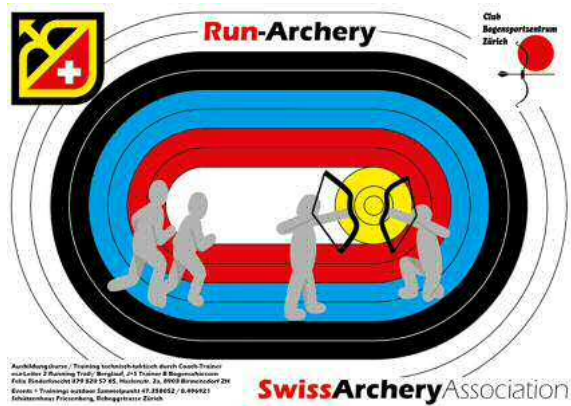


Run-Archery.ch, der Startschuss ist gefallen!

An der GV 2022 Club Bogensportzentrum Zürich (CBSZZ) stellte Felix Rinderknecht, Initiator von neuer Kombination gesundheitsfördernde Trainingsform und Wettkampfdisziplin, Run-Archery vor.

Run-Archery ist als Event-Wettkampf zu Spaß- und Promotionzwecken weltweit längst bekannt, soll nun auch hierzulande zur Förderung Bogensport in der Schweiz initialisiert werden:

Vor drei Jahren schon begann Felix die Entwicklung für neue Trainingsform Run-Archery und erfand Frühjahr 2021 die selbsterklärende Logo-Grundidee, Zielscheibe und 400 m Bahn zu vereinen und optimierte weiter bis zur aktuellen Ausführung April 2022. Hier mit freigegebener Ergänzung von Verbands- und Club- Logo:



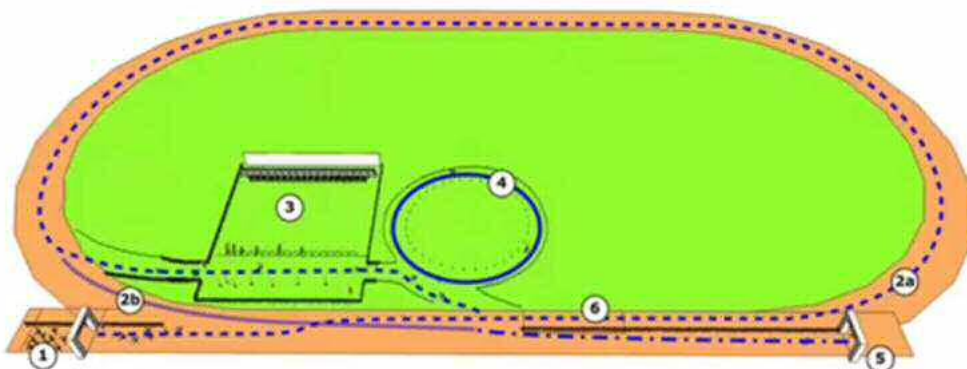
Zur Einführung Run-Archery in der Schweiz präsentierte Felix danach 2021 als

Zentralvorstandsmitglied Swiss Archery Association (SAA) (dort zuständig für Ausbildung) die neu in der Verbandsentwicklungs-Strategie eingebrachte Nebensportart an der Clubpräsidenten- und Delegiertenversammlung als Promotionmöglichkeit zur Sponsoren- und Nachwuchsförderung Spitzensport. Kursteilnahmen im Bereich Leiteraus- und Weiterbildung Swiss Shooting Target Sprint und Swiss Athletics Running stießen die Vorstellungen Run-Archery auf offene Ohren und ebneten den Weg für bei Bedarf mögliche Zusammenarbeit bei Events, Ausbildung und Trainerunterstützung.

Trainingsform Run-Archery, nachweislich gesundheitsfördernd

Sowohl gesundheitsbewusste Breitensportler als auch leistungsorientierte Wettkämpfer können mittels auf sie abgestimmten, sportartübergreifendem Trainingsplan effizienter an ihre Ziele begleitet werden. Die neue Trainingsform Run-Archery beinhaltet technisch-taktische Komponenten der Basissportarten Bogenschießen und Running (Bewegung), werden ergänzt mit Mental- und Kraft-/ Körperstabilitätstraining unter Einfluss von Yoga und WingTsun (Verteidigungskampfsport). Damit konnte Felix seinen gemäß Arztdiagnosen altersbedingt degenerierten, sehr schmerzhaften und kälteüberempfindlichen (Un-) Bewegungsapparat selbst von zeitweise

Typische Run-Archery Eventzonen im Fall 400 m Bahn



- 1: Startzone
- 2: Laufrunde(n)
- 3: 18 m Schiessbereich mit erstelltem Pfeilfang
- 4: 60 m Penalty-Laufschleife pro Nicht-Treffer
- 5: Finish-Zieleinlauf
- 6: Übergabezone für Teamevent

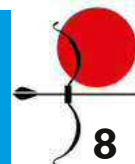
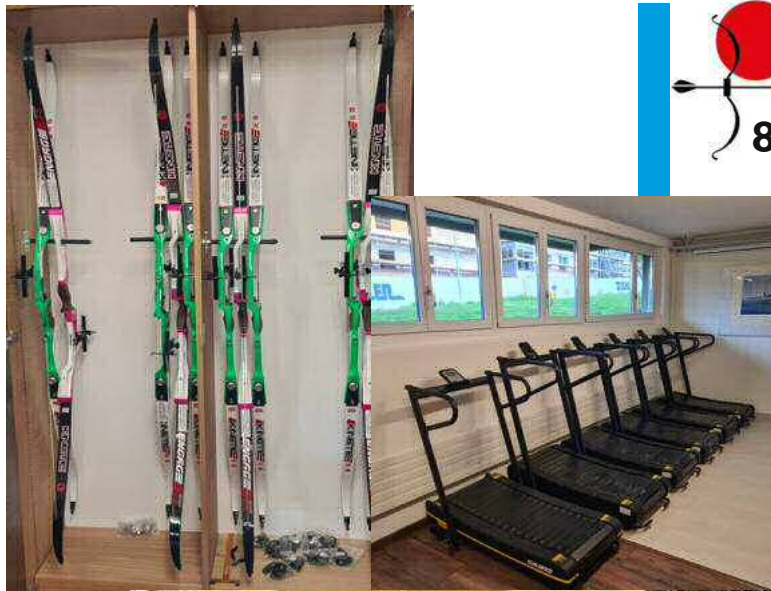
Bereitschafts-, Besucher-/ Zuschauerzone hier im Legendenbereich



fast gänzlicher Arbeits- und Bewegungsunfähigkeit zum ambitionierten Sportler Bergtraillauf / Bergseeschwimmen regenerieren. Dadurch voll motiviert konnte er sich dahin ausgerichtet zu höheren Trainer/ Coach- Ausbildungsstufen J+S Bogenschießen / esa Running weiterbilden.

Erfolgsmethode weitervermitteln, gemeinsam Ziele erreichen und feiern

Aus Dankbarkeit und auf Basis Bogen-/Scheiben-/Laufband-Sponsoring des Clubs BSZZ will er Trainingskurse und Sportlokalnutzungen durch selben Club zu verbleibenden Selbstkosten anbieten und vormals offensichtlich vergeblich in Diagnosen investiertes Jahresbudget zur Juniorenförderung des Clubs einsetzen.



Bigfoot und Littlefoot

Zur Run-Archery Bogensport-Clubförderung gehören auch die für Event- und Juniorenweekend modular ausrüstbaren, durch Club teilgesponserten Event-/ Trainingsmobile Bigfoot und Littlefoot.

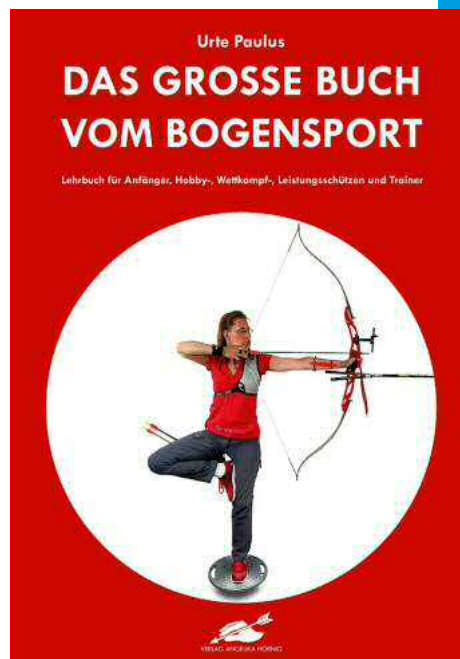
Kontaktaten Run-Archery-Training:

Club Bogensportzentrum Zürich
Felix Rinderknecht
079 820 57 85

Buchtipp

Das unverzichtbare, umfassende Grundlagenwerk für Bogenschützen jeden Levels, jeder Bogenklasse, jeder Disziplin, für Trainer und für Coach-Ausbilder. Mehr als 850 Fotos helfen dabei, die Geheimnisse des erfolgreichen Bogenschießens leicht verständlich zu erklären. Vom ersten Kennenlernen der Ausrüstung bis hin zum sinnvollen Training und einer optimalen Wettkampfvorbereitung. Mit einer ausführlichen und genauen Beschreibung eines Standardschussablaufs, der für alle Bogenklassen geeignet ist. Über 1000 Übungen sowie unzählige praxiserprobte Tipps und wertvolle Methoden zur Verbesserung des eigenen Bogenschießens.

Autorin *Urte Paulus* ist Trainerausbilderin für den Weltverband World Archery, (National-)Trainerin und war als aktive Leistungsschützin mit dem traditionellen Langbogen und mit dem modernen Recurvebogen mehrfache Welt- und Europameisterin. Sie lebt in Wien.



Scheiben zerlegen

Es sind Osterferien und keine Nachwuchsschützen anwesend, denen man mit den immer gleichen Anweisungen wie "Wo hast Du eigentlich deinen Ankerpunkt", "Sehnenschatten beachten", "Kopf ruhig halten", "Nicht zu Seite lösen", "Länger nachhalten", "Lass dir mehr Zeit und atme richtig" und anderen Korrekturen auf die Nerven gehen kann.

Was also macht der findige Coach? Er schnappt sich die zerschossenen und inzwischen durch neue ersetzten Scheiben vom 18m-Sektor und zerlegt sie mit dem Fuchsschwanz in Teile, die in den Heißdrahtschneider passen.

Übrig bleiben mehrere Blöcke von ca. 80x80cm sowie einige kleinere Elemente. Diese können nun für das Training zuhause oder für 3D-Übungen verwendet werden. (plu)



Der Heißdrahtschneider bei der Arbeit



Die zerschossenen Teile werden anschließend entsorgt

Anzeige



Stadt Zürich
Sportamt

Alles zum Sport in Züri: Sportamt- Newsletter



Jetzt abonnieren! [sportamt.ch/newsletter](https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/sport/sportamt/newsletter_sportamt.html?cmp_medium=banner)

https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/sport/sportamt/newsletter_sportamt.html?cmp_medium=banner

Sch(l)usspunkt: Die weitesten Schüsse

Nachdem wir uns in den letzten beiden Ausgaben der Club-Zytig ausgiebig mit Sehnen und Pfeilen beschäftigt haben, widmen wir uns heute den Leistungen, die sich mit unserem Sportgerät erzielen lassen.

In grauer Vorzeit

Pharao Thutmosis III. regierte von 1490 bis 1436 v. Chr. im alten Ägypten, zeitweise als Mitregent der Königin Hatschepsut. Auf einer Stele im Month-Tempel von Erment sind seine Heldentaten verewigt. Neben Kriegserfolgen werden auch seine Leistungen als Bogenschütze geschildert.

So weihte er dem Tempel "eine Scheibe von bearbeitetem Kupfer von drei Finger Dicke mit seinem Pfeil darin, wobei er den Pfeil drei Handbreiten hinten hatte herauskommen lassen".

Wie es sich für einen Nachfolger gebührt, übertraf ihn Amenophis II. aber noch, wie auf einer anderen Stele an der großen Sphinx von Gizeh geschrieben steht: "Er schoß einen Pfeil auf eine Scheibe aus asiatischem Kupfer von einer Handbreit Dicke, daß er aus ihr wieder hervorkam und dann zur Erde fiel".

Auch Odysseus, am trojanischen Krieg (um 1200 v. Chr.) maßgeblich beteiligt, war ein treffsicherer Bogenschütze, dessen Bogen nur er allein spannen konnte.

Diese Geschichten sind natürlich nicht nachprüfbar, genau sowenig wie die Bogen-taten, die aus neuerer Zeit berichtet werden.

Neuzeit

Etwa 1794 erzielte der Botschafter des türkischen Reiches in London, Mahoud Effendi, mit Pfeil und Bogen eine Weite von 482 yards, das sind ca. 441 Meter.

Er tat diese Leistung zum Erstaunen der Zuschauer jedoch mit der Bemerkung ab, sein Herrscher, der Sultan Selim III. würde diese Entfernung nach Belieben übertreffen. Der Pascha ließ seinen Botschafter auch nicht im Wort und soll 4 Jahre später tatsächlich einen Pfeil 889 Meter weit geschossen haben.

Was müssen das für Schützen gewesen sein! Was müssen das für Bogen gewesen sein, mit Zuggewichten von weit über 100 lbs!

Vergleichen wir damit doch einmal unsere Bogen! Wie weit können wir mit unserem Material schießen, wie weit kann man überhaupt mit Pfeil und Bogen schießen? Wenn auch die Beweise für den Rekordschuß Selims dürftig sind, hat man ihn doch bis in unsere Zeit als Maßstab genommen und versucht, diese Weite zu erreichen. 1939 war man erst bei 417 Metern angelangt und der Rekord des türkischen Sultans hat schließlich 178 Jahre gehalten.

Die amerikanische National Archery Association (NAA) richtete ein eigenes "Flight Committee" ein, das regelmäßig Weitschießwettbewerbe und Rekordversuche in vielen Bogenklassen durchführt. Es war ein großer Tag für die amerikanischen Flight-Schützen, als am 11. September 1976 Bruce Odle auf einem Salzsee in Utah als Erster mit rund 985 Metern die Bestmarke des Türkenherrschers überbot.

Materialunterschiede

Bei den heutigen Rekorden werden dünne, kurze, sehr leichte Pfeile aus Graphit / Kunstharz-Vollmaterial verwendet. Ein Pfeil, wie wir ihn schießen, ist dagegen mit ca. 28 Zoll fast doppelt so lang und wiegt zwischen 17 (Alu-Carbon) und 24 (Alu) Gramm, also etwa doppelt bis dreimal soviel wie die "Flight"-Pfeile.

Die Rekordbogen unterscheiden sich erheblich von unseren Turnierbogen: Um einen höheren Wirkungsgrad zu erzielen, sind sie auffallend kurz und leicht. Die kurzen Pfeile erfordern Overdraw und ein Vorbaugriffstück, das Bogenfenster ist zen-



Harry Drake mit Fußbogen, 1971
Bild: ArcheryHistory.com



tral ausgeschnitten. Die Pfeilaufgabe besteht aus Borsten und der Pfeil ist gegen Herunterfallen gesichert, um Verletzungen zu vermeiden.

Beim Bogenschießen wird beim Auszug im Bogen Energie gespeichert, von der nur etwa 80% auf den Pfeil übertragen werden. Diese Energie wird in sehr kurzer Zeit, nämlich während der Beschleunigungsphase des Pfeils bis zum Verlassen der Sehne vom Bogen abgegeben. Das geschieht in ca. 1/100 Sekunde. In dieser kurzen Zeitspanne leistet der Bogen etwa 3,9 kW oder 5,3 PS beim Alu-Pfeil, bzw. 4,5 kW oder 6,2 PS beim Alu-Carbon-Pfeil. Dabei erfährt der Alu-Pfeil am Anfang eine Beschleunigung von etwa 6136 m/s², das ist die 626-fache Erdbeschleunigung (g). Der Alu-Carbon-Pfeil wird beim Abschluß mit 8373 m/s², also mit rund 853 g beschleunigt. Die Pfeile haben dadurch am Anfang der Beschleunigung eine träge Masse von etwa 14,5 kg !

Diese erstaunlichen Zahlen zeigen, daß unsere Bogen doch sehr wirkungsvolle Wurfgeräte sind.

Vielleicht denken wir beim nächsten Schuß daran, daß wir eine Hochleistungsmaschine mit etwa 6 PS in Händen halten.

Quelle: Horst Reindl, Mai/Juni-Ausgabe 1996 des Bogensport Magazins



Schütze	Selim III.	Bruce Odle	Don Brown	Kevin Strother	Harry Drake
Bogenkategorie	Recurve	Recurve	Recurve	Compound	Fußbogen
Weite (m)	889	984,89	1222,02	1207,39	1854,4
Abschußgeschwindigkeit (m/s)	117,0	134,5	141,4	140,0	197,8
Abschußgeschwindigkeit (km/h)	421,2	484,2	509,0	504,0	712,1
Endgeschwindigkeit (m/s)	78,2	78,1	89,9	89,6	103,3
Endgeschwindigkeit (km/h)	281,4	281,2	323,5	322,4	372,0
Größte Flughöhe (m)	238,4	268,8	328,8	324,5	507,7
Abschußwinkel (°)	41,5	40,4	41,0	41,1	39,1
Auftreffwinkel (°)	52,4	54,8	53,2	53,1	56,2
Flugdauer (sec)	13,9	14,7	16,3	16,2	20,2
Flugbahnlänge (m)	1039	1156	1429	1411	2181

Die nachfolgende Tabelle gibt eine Übersicht über die derzeitigen Rekorde, die Rekordhalter und das verwendete Material.

Herren	weiter als Selims 889	Weltrekord Rec.	Weltrekord Comp.	Weltrekord Fußbogen
Weite (Meter)	984,89	1222,02	1207,39	1854,4
Schütze	Bruce Odle (Recurve)	Don Brown	K. Strother	Harry Drake
Jahr	1976	1987	1992	1971
Zuggewicht	119	120	160	200
Bogenlänge (Zoll)	41,5	35	42	42
Pfeillänge (Zoll)	18 3/8	14	16	14
Pfeildurchmesser (mm)	6,35	4,76	4,76	4,76
Pfeilmasse (g)	12,6	8,75	9,07	7,45
Damen		Recurve	Compound	Fußbogen
Weite (Meter)		950,39	738,30	1018,48
Schützlin		April Moon	April Moon	Arlyne Rhode
Jahr		1981	1987	1978

Sogar mit Langbögen wurden beachtliche Weiten erzielt: 199,11 m bei den Damen und 325,9 m bei den Herren