



Josef Haseneder mit einem Übungsbogen für Schüler, der Elemente eines Recurve- mit denen eines Compoundbogens verbindet.

Fotos: Graf

Bogenschützen sind auf Vormarsch

SPORT Ob beim 3D-Schießen in der freien Natur oder beim Wettkampf in der Halle: Die Bogenvereine im Regental haben keine Nachwuchssorgen.

VON ANDREA CHRISTINE GRAF, MZ

REGENSTAUF. Andrea und Gerhard Liegl ist jederzeit zutrauen, dass sie den Sherwood Forrest durchkämmen. „Historische Kleidung ist unser Steckpferd“, erzählt Andrea Liegl. Von der Begeisterung für Rollenspiele ist sie zu einer außergewöhnlichen Art des Bogenschießens gekommen. „Ich wollte schon als Kind mit Pfeil und Bogen durch den Wald ziehen“, ergänzt ihr Ehemann Gerhard. Auf einem Parcours rund um den Schlossberg erlegen sie Sonntag für Sonntag Bären, Wölfe, Pumas und sogar die Ratte „Pinky“: 28 Ziele sind es insgesamt.

„Beim 3D-Schießen geht es darum, die Schaumattrappen ins Kill zu treffen“, erklärt der Schütze das Prinzip, mit dem Pfeil die richtige Stelle zwischen Herz und Lunge zu treffen – da wo jeder Jäger treffen sollte. Da die Bogenjagd verboten ist, weicht man auf die sportliche Variante aus. Die Bezeichnung 3D-Schießen dient der Abgrenzung zum ansonsten üblichen Schießen auf – zweidimensionale – Scheiben. „Einfach so, ohne Technik, intuitiv zu schießen, im Wald zu sein“, das mache die Faszination der Sportart aus, sagt Sportleiterin Stephanie Fitz. Seit 2015 ist 3D-Schießen auch als Wettkampfdisziplin anerkannt.

Entspannung pur im Wald

„Wir schießen immer mit korrekter Schießhaltung und umweltgerecht“, lautet das Credo der Schützen, die mit Primitiv- und Langbögen ohne Schnickschnack unterwegs sind. Entspannung pur, Abschalten vom Berufsstress, sei das Wichtigste, meint IT-Ingenieur Gerald Liegl. Der Initiator der Bogenabteilung der Schützen-gesellschaft Waldeslust Regenstau verfolgt aber noch andere Ziele: „Mir ist wichtig, Jugendliche an die frische Luft zu holen“.

Tatsächlich braucht sich der

Andrea und Gerhard Liegl in ihrer Gewandung mit Lang- und Primitivbogen auf dem Schlossberg-Parcours

Kinder sind hochmotiviert

An der Grundschule Steinsberg-Eitlbrunn kommen die Schüler am Montagnachmittag freiwillig zum Unterricht – das Fach heißt Bogenschießen. Ermöglicht hat die Arbeitsgemeinschaft eine Kooperation zwischen dem Förderverein und der Grundschule. Das Training leiten Übungsleiter vom Verein Bogenschützen Regental.

Herr Engl, Sie sind Vorsitzender des Fördervereins, der die Arbeitsgemeinschaft finanziert. Welche Ziele verfolgen Sie damit?

Wir begleiten Projekte, die der Förderung von Basiskompetenzen unserer Kinder und der Entwicklung eigenverantwortlicher und gemeinschaftsfähiger junger Menschen dienen. Pädagogische Impulse setzen wir so um, dass wir mit Sponsorengeldern die wirtschaftliche Basis bieten.

Frau Stauffer, welches pädagogische Konzept liegt der Einführung des Bogensports für die Dritt- und Viertklässler hier an der Grundschule zugrunde?

Zuerst einmal macht Bogenschießen einfach Spaß und damit sind die Kinder hochmotiviert. Schule sollte immer mehr sein als Wissensvermittlung – leider kommt dies oft zu kurz.

Verein seit Gründung der Bogenabteilung im Jahr 2009 keine Nachwuchssorgen mehr zu machen. Nicht anders geht es dem Nachbarverein Bogenschützen Regental. „Wir können den Anfragen von Nachwuchssportlern kaum noch gerecht werden“, erzählt Abteilungsleiter Josef Haseneder. Auch sie sind

INTERVIEW



CHRISTIANE STAUFFER UND CHRISTIANE ENGL
Kooperationspartner

Haben Sie weitere Fragen? Schreiben Sie uns!
regenstau
@mittelbayerische.de

Gerade Bogenschießen fördert die Entwicklung von Selbstständigkeit, Eigenverantwortung und Gemeinschaftsfähigkeit unserer Schüler. Sie erfahren Selbstwert und Selbstwirksamkeit.

Herr Engl, wie stellt sich das Projekt aus Sicht der Eltern dar?

Wir Eltern sehen, dass es sich hier um einen Sport handelt, keinesfalls um den Umgang mit einer Waffe. Mit einem Sportbogen kann man nie ein bewegliches Objekt tref-

fen. Unsere Kinder werden ruhig und kommen entspannt nach Hause, sie haben Spaß, Bewegung und sind in einer Gemeinschaft.

Frau Stauffer wie stellt sich Ihnen das Ergebnis des Bogenschießtrainings konkret dar?

„Wir erleben extrem lebendige Kinder, die stolz sind auf ihre Treffer – erzielt durch Ruhe und Gelassenheit. Diese Ruhe übertragen sie auf den Unterricht. Wir erleben schüchterne Kinder, die selbstbewusster im Unterricht auftreten und andere, die lernen, dass es neben den Kernfächern noch viele andere Felder gibt, auf denen man sich beweisen kann.“

gerne in der Natur unterwegs, bislang allerdings ohne den Luxus eines eigenen Parcours. „Wir sind so leise und harmlos wie Schwammerlsucher, sammeln unsere teuren Spitzen ein und bringen keinerlei Nachteil für die Natur“, versichert Haseneder in der Hoffnung, einen aufgeschlossenen Jagdpächter zu finden, der die Begeisterung der Schützen und sein Jagdrevier teilen möchte.

„Allerdings liegt unser Schwerpunkt auf der klassischen olympischen Disziplin“, erklärt sein Mitstreiter Hans-Jochen König. „Wir schießen mit Compound-Bögen“, fügt Haseneder erklärend hinzu. Diese High-Tech-Bögen haben mit den Robin-Hood-Bögen nur wenig ge-

mein. Die Vielfalt an Bögen ist enorm: „Es gibt es neben Compoundbögen, den viel einfacheren Langbögen und sogenannten Primitivbögen noch japanische und Recurvebögen“, erklärt Haseneder. Letztlich bleibe aber die Körperhaltung, das Schießen aus der Kraft des Rückens heraus, die Konzentrationsfähigkeit und innere Gelassenheit entscheidend.

„Zunächst einmal ist es egal, wie ein Bogen aussieht“, betont Haseneder. Wichtig sei, Disziplin zu erlernen und die im Bogensport immer gültigen absolut strengen Regeln einzuhalten. Ruhe muss allerdings nicht unbedingt herrschen, denn: „Konzentration muss unabhängig von äußeren Einflüssen möglich sein“, erklärt Josef Haseneder, der immerhin auf mehr als ein halbes Jahrhundert Erfahrung im Umgang mit Pfeil und Bogen kommt.

Anfängerbogen hilft zu Beginn

Bevor ein Anfänger sich einen eigenen Bogen mit angepasster Zugkraft und Größe kauft, kann er in den Vereinen erst einmal mit Anfängerbögen loslegen. Mit den kleinen blauen Wunderbögen kann jedes Kind lernen, worauf es bei der Technik ankommt, ohne wegen der anfangs fehlenden Kraft ganz schnell den Spaß an der Sache zu verlieren. „Bogenschießen ist ein Sport ohne Altersbegrenzung“, weiß Haseneder. „Ideal bei Rückenproblemen“, bestätigt auch Hans-Jochen König die Tendenz, den Muskelaufbau als Therapieform zu nutzen. „Für Kinder und Jugendliche stehen Konzentration und Selbstwertgefühl im Vordergrund“, erklärt er den Zulauf von Kindern im Grundschulalter.

Ein Projekt in Zusammenarbeit mit der Grundschule Steinsberg gibt ihm Recht: Die Dritt- und Viertklässler trainieren mit ihren vier Bogen-Coaches immer montags. „Wer dabei bleibt, kann sich im Wettkampfbereich bis zur Bundesliga oder zu Olympia hocharbeiten“, wirbt Haseneder. Am kommenden Wochenende messen sich die Diesenbacher Bogenschützen auf Bezirksebene mit rund 100 Schützen aus der ganzen Oberpfalz. „Die Wettbewerbe sind mindestens so spannend wie Biathlon“, verspricht der wett-kampferprobte Trainer und hofft auf zahlreiche Zuschauer am Sonntag ab 10 Uhr in der Dreifachturnhalle der Max-Ulrich-von-Drechsel-Realschule.

Mehr Infos zum Thema finden Sie unter www.mittelbayerische.de

