



Visier Einstellung

Thema	Techniktraining
Schwerpunkt	Einstellung des Visiers
Zielgruppe	Anfänger Level 1
Voraussetzung	Schussablauf beherrschen
Ziele	Kontrolle Übungen der Fähigkeit der Visiereinstellungen
Inhalte	Fähigkeit des Visiereinstellungen
Vorbereitung	Unterschiedliche Auflage
Ort, Zeit Trainer/Begleiter	
Teilnehmer
Feedback
Notizen
Verbesserungen

ÄNDERUNGEN DER VISIER EINSTELLUNG

Beispiel einer Trainingseinheit:

1. Aufwärmprogramm (Siehe Beilage- Aufwärmprogramm Kader ÖBSV 2004)
2. Aufwärmen Visualisierung - Schiessen zum Aufwärmen am wenigstens **18 Pfeile**

ÄNDERUNGEN DER VISIER EINSTELLUNG

Zweck: Kontrolle, Übungen der Fähigkeit das Visier einzustellen

Auf eine Indoor Entfernung – 30-50-70 / 60-90/70 mtr.

- a) Der Schütze stellt sein Visier so ein, dass die Pfeilgruppierung rund um und in der Mitte ist und notiert sich die Visiereinstellung **6 Pfeile**
- b) der Schütze stellt sein Visier nach einer Seite (z.B nach LINKS) und schießt **6 Pfeile** bis die Pfeile konstant die linke 7er Zone trifft (z.B. auf 03:00 Uhr). Aufgeschrieben wird, um wieviel das Visier nach links verstellt wurde.
- c) Teile die Einstellung der linken Entfernung durch **3** (wieviel der Schütze das Visier nach links gestellt hat)
- d) Fange wieder bei Punkt b) an bis der Schütze konstant die 8er Zone trifft **6 Pfeile**
- e) Teile die Länge der Einstellung durch **2** (wieviel der Schütze das Visier nach links gestellt hat)
- f) Nimm den Schnitt von c) und e) den der Schütze erhalten hat. Dieser Schnitt ergibt ein ungefähres Bild, wieviel der Schütze sein Visier pro Zone (z.B. in der Breite) verstellen sollte. Dieser Durchschnitt pro Zone gilt für Korrekturen pro Zone auf jeder Breitenabweichung von der Mitte der Auflage.
- g) Der Schütze stellt sein Visier wieder in die Ausgangsstellung ein. (Auf die Mitte der Auflage). Schiesse **3 Pfeile**, um es zu bestätigen.
- h) Vom Durchschnitt, die der Schütze pro Zone in f) erhalten hat, bestimme jetzt die Werte für die halbe Zone.
- i) Verwende diese Werte, um das Visier des Schützen nach oben zu verstellen, um die Gruppierung auf die Linie der 9er und 10er (auf 03:00 Uhr) zu erreichen. Schiesse **6 Pfeile** um die Werte zu bestätigen, wie sie der Schütze erwartet. Wenn sie nicht treffen, wo der Schütze sie erwartet, schiesse mehrere Pfeile um auf die Linie der 9er, 10er zu kommen und bestimme die Wertefür jede halbe Zone aufs Neue.
- j) Fange wieder an bei a) in die andere Richtung (nach unten), um es zu bestätigen **6 Pfeile** pro Durchgang.

Volumen dieser Übung #1 = +/- **39 Pfeile**

Fähigkeit das Visier einzustellen

Beispiel einer Trainingseinheit:

Zweck: Kontrolle Übungen des Fähigkeit des Visiereinstellungen

Fähigkeit der Visiereinstellungen

1. Verstellen sie das Visier so, um die Mitte der Auflage zu treffen (Gold) **3 Pfeile**
2. Bestimmen sie, welchen Teil der Auflage die Pfeile treffen sollen, während sie dort in die Mitte zielen und verstellen sie das Visier entsprechend.
3. Schießen sie **6 Pfeile** zur Kontrolle, um zu sehen, ob das Visier wie nach Stufe #2 richtig eingestellt ist.

Ausführphase Visiereinstellung

Trainingseinheit für Bogenschützen Anfänger-Level 1

4. Setzen sie die Visiereinstellung wieder zurück wie bei 1.) und schießen **3 Pfeile** zur Bestätigung
5. Bestimmen sie einen anderen Teil der Auflage, wo der Pfeil treffen sollte, während sie dort in die Mitte zielen und verstellen sie das Visier entsprechend.
6. Schiessen sie **6 Pfeile** zur Bestätigung, um das kontrollieren was sie bei Punkt 5.) wollten.
7. Fange sie wieder bei Stufe #3 an, und so weiter und so weiter....

Probieren sie alle Zonen der Auflage aus (von 01:00 bis 12:00 Uhr), aber nicht in einer Reihenfolge und auf unterschiedliche Entfernungen.

Volumen dieser Übung #2=

+/- 121 Pfeile

Volumen diese Übungen: 18 Aufwärmübungen + 39 Pfeile Übung #1 und 121 Pfeile Übung #2=
+/- 178 Pfeile

Die oben genannte Anzahl der Pfeile kann unterschiedlich sein. Das ist unabhängig von der Einstellung des Visiers pro Zone und wie viel Einstellungen sie machen wollen. Probieren sie aber die Anzahl von 178 zu erreichen.

Visiereinstellung in der Höhe

Beispiel einer Trainingseinheit:

1. Aufwärmprogramm (Siehe Beilage- Aufwärmprogramm Kader ÖBSV 2001)
2. Aufwärmen Visualisierung - Schießen zum Aufwärmen am wenigstens **12 Pfeile**

Zweck: Das eigene Wissen zum Abstimmen des Visiers zu erweitern

Geschossen wird auf eine Indoorentfernung – 18 m.

- a) Stellen sie das Visier so ein, das die Gruppierung um die Mitte ist **12 Pfeile**
- b) Verstellen sie das Visier nach einer Seite (z. B. nach oben) und schießen sie bis sie konstant die 7er Zone treffen (z.B. auf 06:00 Uhr). Schreiben sie auf, um wieviel sie die Visierschreube gedreht haben.
- c) Teile die Einstellung der oberen Entfernung durch **3** (wieviel sie das Visier nach oben gestellt haben).
- d) Fange sie wieder bei Punkt b) an, bis sie konstant die 8er Zone treffen **12 Pfeile**
- e) Teile die Länge der Einstellung der oberen Entfernung durch **2** (wieviel sie das Visier nach oben gestellt haben) .
- f) Nehmen sie den Schnitt, den sie von c) und e) erhalten haben. Dieser Schnitt ergibt ein ungefähres Bild um wieviel sie das Visier pro Zone verstellen sollten (z.b. in der Höhe). Dieser Durchschnitt pro Zone gilt für Korrekturen pro Zone auf jeder Höhenabweichung von der Mitte der Auflage.
- g) Stellen sie wieder das Visier in die Ausgangsstellung (in Mitte der Auflage) und schießen **6 Pfeile**, um die Einstellung zu überprüfen.
- h) Vom den Durchschnitt pro Zone in f) bestimmen sie jetzt die Werte für eine halbe Zone.
- i) Verwenden sie diese Werte um das Visier nach oben zu stellen, damit die Gruppierung die Linie der 9er und 10er (auf 06:00 Uhr) zu erreicht.
Schiessen sie **6 Pfeile** um die Werte wie erwartet zu bestätigen. Trifft das nicht ein, so schießen sie wieder mehrere Pfeile, um auf den Linie 9-10 zu kommen und bestimmen die Verstellwerte für jede halbe Zone aufs Neue.

Ausführphase Visiereinstellung
Trainingseinheit für Bogenschützen Anfänger-Level 1

j) Fangen sie wieder an bei a) in die andere Richtung (nach unten) an und schießen **6 Pfeile** pro Durchgang, um es zu überprüfen.