



## Compoundschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Compoundschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten

*Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer*

**Compoundschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten** Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer

## **Kapitel 1: Setup**

### **Basis Setup**

Pfeilauflage

Sehnen- und Kabelsystem

Nockpunkt

Pfeile

### **Vorbereitung und Basis-Tuning des Bogens**

Sehne

Pfeilauflage

Nockpunkt und D-Loop

Peep

### **Basis-Tuning**

Peep korrekt einsetzen und ausrichten

Fehlersuche

Schlechte, vertikale und horizontale Gruppierung

Fehlschüsse durch fehlerhaftes Setup und durch fehlerhaften Schießstil

### **Tests**

Papiertest

Group Tuning auf kurze und lange Distanz

Rollen-Synchronisation

Hoyt-spezifisches Setup und Timing

### **Stabilisation**

Die Balance

Ideale Stabilisator-Charakteristik

### **Pfeiltuning**

Pfeilbau

Carbon-Pfeile

Pfeillänge

FOC

## **Kapitel 2: Schießtechnik für Fortgeschrittene**

Kopfposition

Handposition und Druck

Ankerpunkt

## **Standaufbau für Fortgeschrittene**

Bogenarm und Schultern

Platzierung der Füße

Schuss-Sequenz / Schuss-Ablauf

Release

Druck-Zugtechnik

Push-Pull-Technik anwenden

Die zunehmende Spannung kontrollieren

## **Kapitel 3: Training**

### **Trainieren mit einem Ziel**

Visualisierung

Bewusster Ablauf

Immer nur an einem Punkt arbeiten

An den Grenzbereich rangehen

Gutes Ergebnis und guter Schuss

### **Trainings-Ergebnisse im Wettkampf**

Wettkampftraining auf kurze Entfernungen

Training unter Wettkampf-Bedingungen

Wettkampftrainings-Spiele

### **Wettkampfvorbereitung**

Direkte Vorbereitung

Indirekte Vorbereitung

Mentales Training

Visualisierung

Die Komfortzone

Die Beruhigung

Positive geistige Haltung

Ziele setzen - Ziele erreichen

 [Download Compoundschießen - Aber richtig! Teil 2: Für For ...pdf](#)

 [Online lesen Compoundschießen - Aber richtig! Teil 2: Für F ...pdf](#)

**Downloaden und kostenlos lesen Compoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer**

---

200 Seiten

Download and Read Online Compoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer #C3BS0JM9ZH5

Lesen Sie Compoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer für online ebookCompoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Compoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer Bücher online zu lesen. Online Compoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer ebook PDF herunterladenCompoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer DocCompoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer MobipocketCompoundsschießen - Aber richtig! Teil 2: Für Fortgeschrittene und Experten von Harald Meissner, Ulrich Schmidbauer EPub