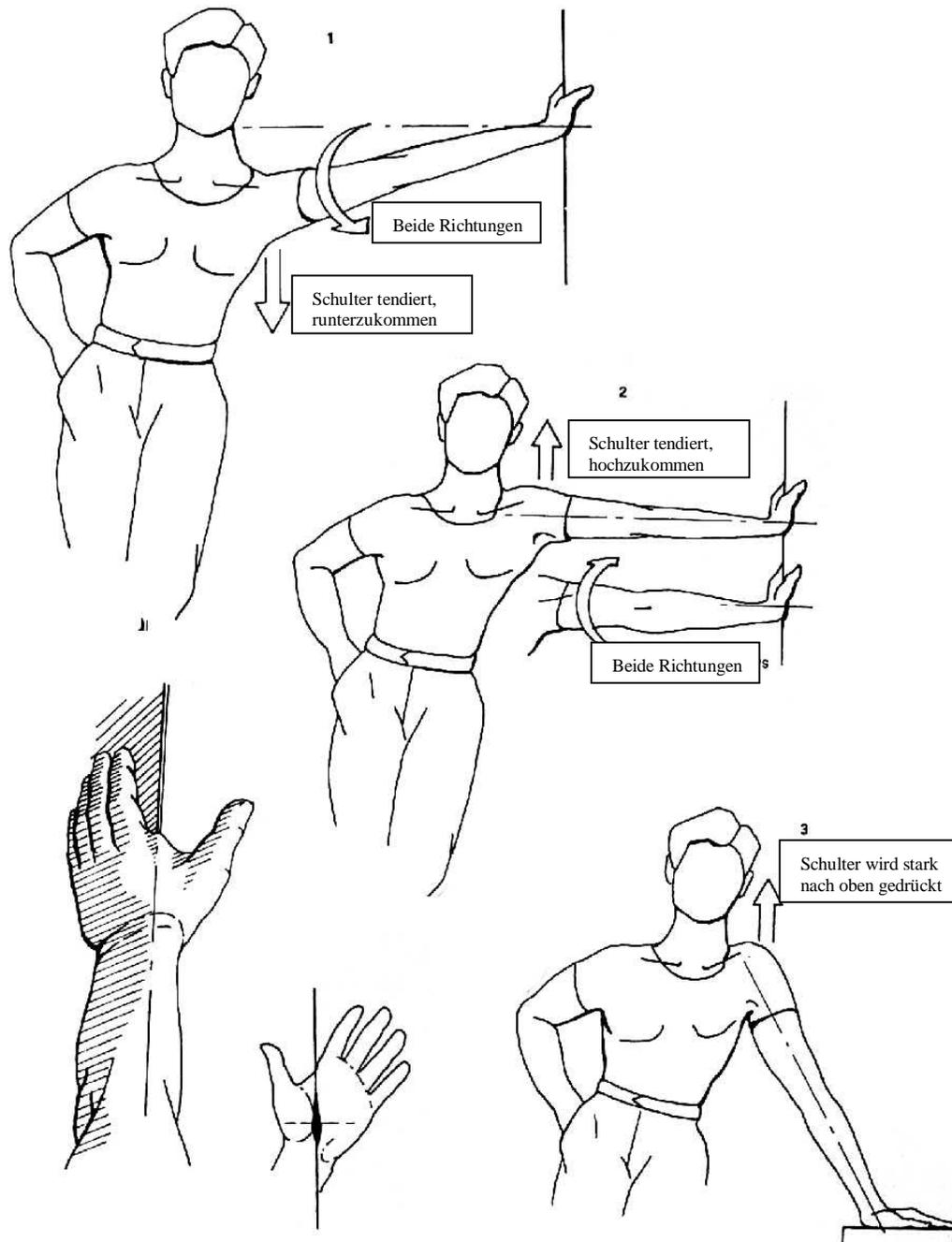
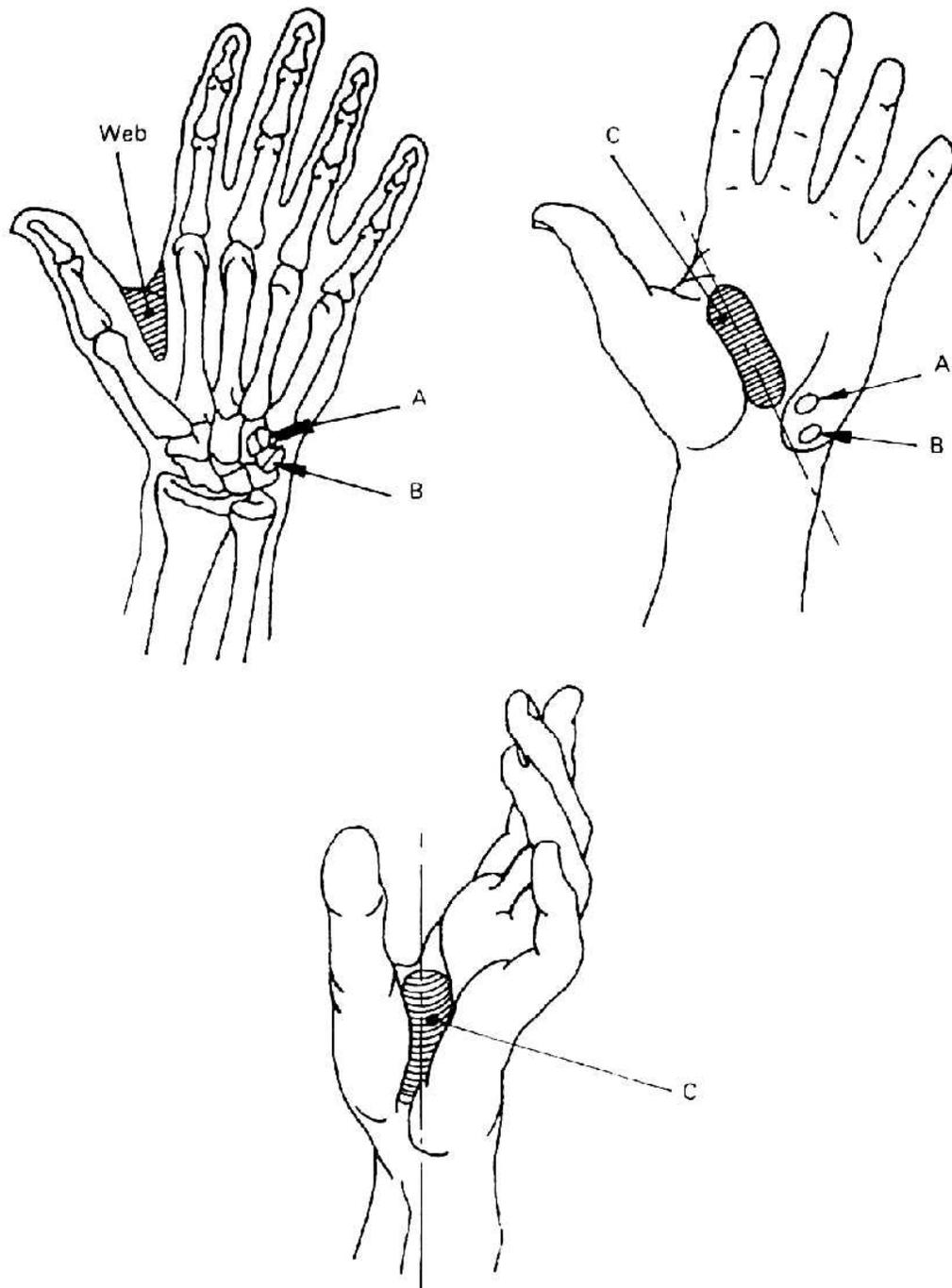




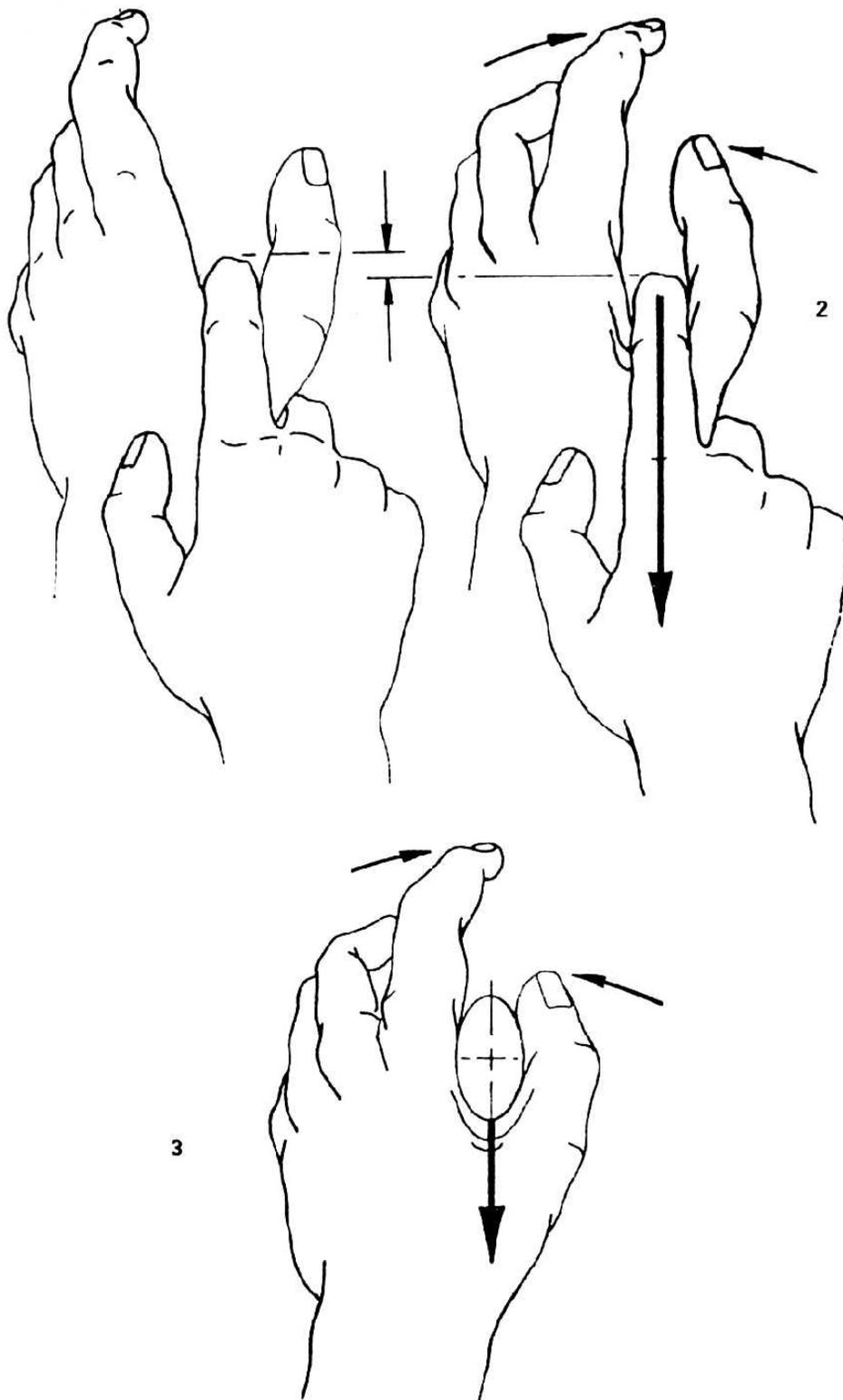
# Trainingsunterlagen Form #1



Richtiger Druckpunkt (c) in der Handfläche



Problematik, wenn das Handstück zu Steil gegriffen wird und grosse Kräfte auf das Bindegewebe zwischen Daumen und Zeigefinger wirken: Hand schliesst sich und beeinflusst Bogen.



Möglicher Ablauf beim Ziehen. Wichtig ist vor allem die Zuglinie im letzten Bild:  
Vom Ellbogen durch das Handgelenk durch den Nocken durch den Druckpunkt in der  
Bogenhand.

