



Trainingsunterlagen

Material 02:

Tuning-Kurzabriss für Recurve

Folgender Ablauf eines Tunings hat sich bewährt und kann selbstständig durchgeführt werden:

1. Kontrolle statischer Tiller
2. Kontrolle dynamischer Tiller
3. Kontrolle seitliche Wurfarmausrichtung
4. Kontrolle ungefähre Buttonposition
5. Nockpunkthöhe mittels Blankschaft ausschliessen
6. Buttonposition mittels Gabriel-test ausschliessen
7. Microtuning auf Langdistanz (70/90m) von:
 - a. Sehenabstand
 - b. Buttonposition
 - c. Buttonhärte

Die Durchführung der Schritte 5 & 6 bedarf einer gewissen Sicherheit beim Schiessen und reagiert sehr sensibel auf Schiessfehler des Schützen. Schützen, die auf lange distanzen (ca 40m) noch nicht gut gruppiert schiessen, sollten mittels Statistik und Wiederholungen die Schiessfehler ausmerzen in der Auswertung.

Der Schritt 7 ist nur für gute Schützen zu empfehlen.

Unterlagen für die genaue Durchführung findet sich auf dem Netz und kann bei Bedarf beim Trainingsverantwortlichen angefordert werden.

Für neuere Schützen empfiehlt es sich auch, solche ein Tuning zusammen mit einem erfahrenen Schützen durchzuführen, da des öftern Interpretationen von Schussbildern gefragt sind.