

Quelle: Saarwellinger Amtsblatt
Ausgabe KW 09/11 | Donnerstag, 03. März 2011

Bogensport im Lachwald

Hallo Bogensportfreunde,

langsam erwärmt sich die Erde wieder und wir können das, was wir im Winter in der Halle erlernt haben, auf unserem Freigelände in die Tat umsetzen.

Große Entfernungen, kleine Entfernungen, um die Pfeile auf der Scheibe zu platzieren, jeder nach Belieben und seinen Fähigkeiten, es soll Spaß machen.

Wenn die Temperaturen $10^{\circ} >$ aufweisen, können wir auf dem Freigelände beginnen, die Anfangszeit im Frühjahr setzen wir auf 16.00 Uhr. Termin wie gehabt Dienstag und Freitag bis zur Dunkelheit.

Die Halle steht natürlich weiterhin zur Verfügung, vor allem bei schlechtem Wetter.

Das Feld darf natürlich auch vorher benutzt werden, da gibt es keine Vorgabe und liegt im Ermessen eines jeden Einzelnen.

Wir bieten auch weiterhin unverbindlich Schnuppertraining an, die vorhandenen Sportgeräte sind für alle Altersgruppen geeignet.

Unsere Sportart gehört zu den Bewegungsarten, bei der man buchstäblich seinen

Bewegungsapparat neu entdeckt. Letztlich sind es die gleichmäßig reproduzierbaren Bewegungen, durch die überhaupt erst eine gute Treffererfolge möglich sind.

Zudem ist der Bogensport ein gesunder Sport, wenn das Sportgerät auf den Sportler abgestimmt ist. Die Rückenmuskulatur wird stark ausgeprägt und wirkt somit den Schäden und Belastungen des Alltags z.B. Bandscheibenprobleme, Nackenverspannung und Haltungsschäden entgegen.

Wenn Sie etwas für Ihre Gesundheit tun wollen, bitte vorbeikommen und ausprobieren, bei Bedarf wird auch Einzelbetreuung durchgeführt.