



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 #UJS0DIP2EMY

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