

**Herbert Plagwitz**

**Trainer C (Leistungssport) / DOSB-Lizenz**

E-Mail: [herbert.plagwitz@arcor.de](mailto:herbert.plagwitz@arcor.de)

Handy: 0151 17816662

Tel. 0911 / 76 44 61

---

Datum: 23.01.2026

## **JEDERMANN-TAGESLEHRGANG**

(Lehrgang ist auch zur VÜL-Weiterbildung und -verlängerung geeignet)

**Thema: Pfeilabstimmung und Testmethoden**

mit Pfeilauswahl und Bogeneinstellung

in Praxis und Theorie (8 UE)

**Termin: Sonntag, 01. März 2026** (9:00 – 16:30 Uhr)

**Ort : TSV 1860 Ansbach e.V. – Bogenschützen  
Grundschule und Turnhalle in Ansbach – Ortsteil Eyb  
Kirchenweg 14, 91522 Ansbach**

Parken in der Umgebung, vielleicht Heinrich-Puchta-Straße? Ist nicht ganz einfach einen Parkplatz zu finden.

Ihr müsst an der Schranke vorbei, quer über den Schulhof.

Bei den Tischtennisplatten ist der Eingang.

**Lehrgangsleiter: Herbert Plagwitz**

**Lehrgangsgebühr: EUR 30,-** (ist am Lehrgangstag in bar an den Lehrgangsleiter zu zahlen)

**Anmeldung: schriftlich (per E-Mail) an Herbert Plagwitz**  
**Lehrgang ist auf 20 Teilnehmer/Innen begrenzt**

**Meldeschuß: 25. Februar 2026**

**Teilnehmerkreis: Jede(r) interessierte Bogenschützin / Bogenschütze**

**Inhalt: workshop: theoretisch erläutert und praktisch angewendet**

- **Bogen ausmessen / auswiegen / einstellen:**  
(tatsächliches Zuggewicht, Tiller, Sehne und Standhöhe etc.)

- **Pfeilauswahl** nach Easton-Tabelle, sowie nach Easton-Shaft-Selector unter Beachtung der korrekten Pfeillänge
- **Abstimmung des Bogens und der Pfeile – „best practise“**
  - empfohlene Buttoneinstellung,
  - Centershot (empfohlene Lage des Pfeils im Bogen),
  - empfohlene Nockpunkthöhe,
  - Blankschafttest nach der walk-back-Methode durchführen, sowie Pfeil-Gruppierung schießen bis maximal 30 Meter und bewerten
  - Berger-Test, Gabriel-Test, Easton Maintenance

Antworten und Ratschläge zu den Fragen der Teilnehmer

**Lehrgangsziel:** **Zusammenhänge verstehen und den eigenen Bogen richtig einstellen und die Pfeilabstimmung durchführen  
daher bitte komplette Bogausrüstung (inkl. Pfeile) mitbringen**

**Datenschutz:** Mit der Teilnahme an Veranstaltungen der Bezirke des Bayerischen Sportschützenbundes und des Deutschen Schützenbundes erklärt sich der Teilnehmer damit einverstanden, dass seine für die Veranstaltung benötigten Daten und die im Wettkampf erzielten Ergebnisse erfasst, verarbeitet, gespeichert und in Papierlisten, Aushängen, Zeitschriften und im Internet veröffentlicht werden. Der Teilnehmer von vorgenannten Veranstaltungen erklärt sich auch damit einverstanden, dass Bilder (Fotos, Videos) von ihm, die im Rahmen der Veranstaltung (z.B. Siegerehrung, Wettkampf) entstanden sind, über die Verbandsmedien, der homepage des BSSB, des MSB, Presse-dienste, Vereinshomepages, sowie sonstiger Publikationen des BSSB veröffentlicht werden dürfen.

**Verpflegung:** Kaffee, Getränke und Imbiss, auf eigene Kosten, werden angeboten

**Hinweis:** Der Lehrgang ist beim MSB angemeldet.

*gez. Herbert Plagwitz*