

De Roos Zandhoven vzw

# Boogtypes



Oefenlokaal:

Sporthal Het Veld  
Schildebaan 22b - 2de verdieping  
2240 Zandhoven

Zetel:

Lotelinglaan 35  
2980 Halle

Ondernemingsnummer: 0421533492  
Rekeningnummer: IBAN BE82 9799 6741 6468

[info@derooszandhoven.be](mailto:info@derooszandhoven.be)  
[www.derooszandhoven.be](http://www.derooszandhoven.be)

## Inleiding

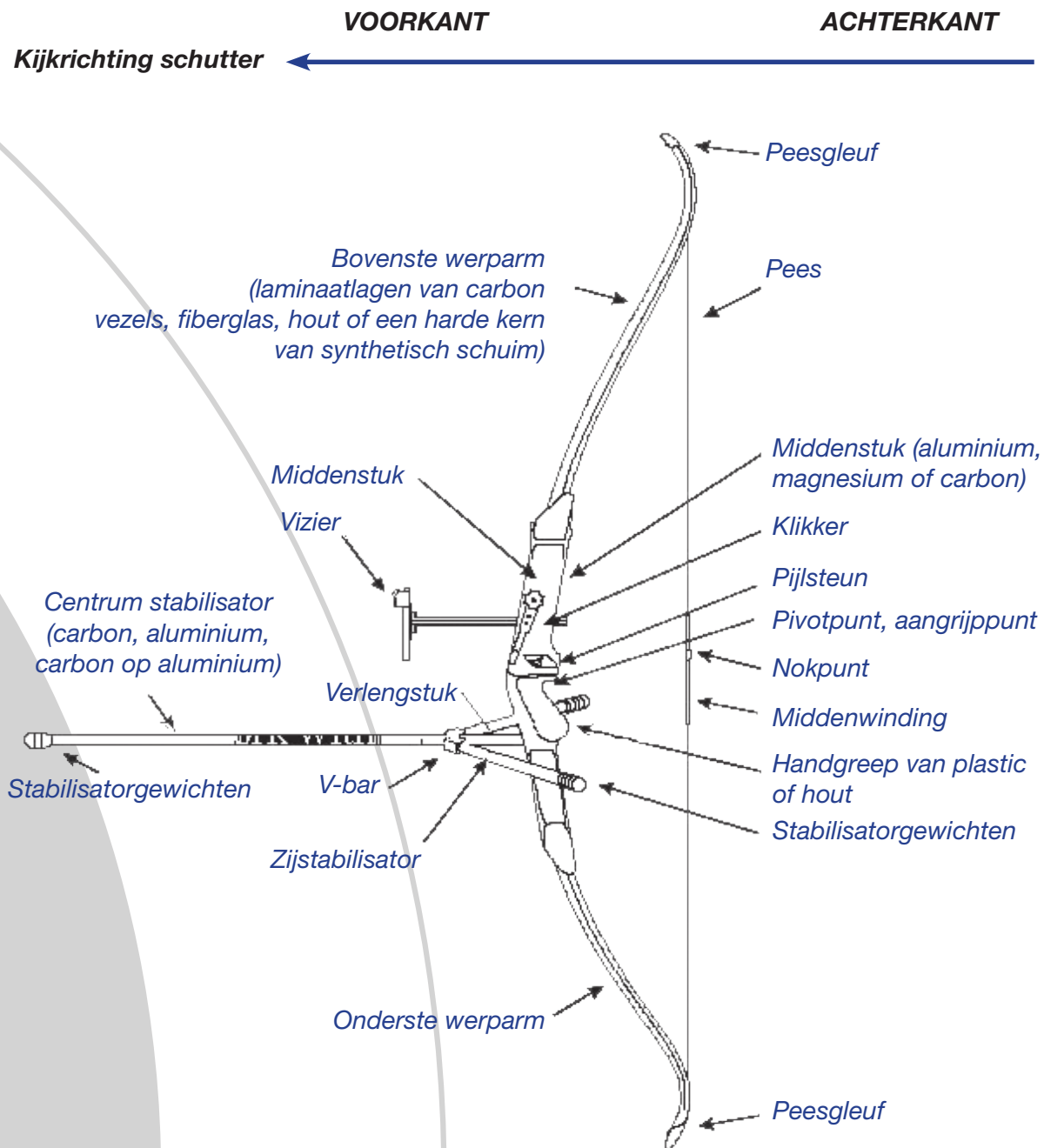
Moderne bogen zijn meestal niet meer helemaal van hout gemaakt: vooral carbon, aluminium en glasfiber zijn veelgebruikte materialen.

Het aanbod van bogen loopt dan ook sterk uiteen. Sommige klassieke bogen worden nog

steeds uit hout vervaardigd, andere moderne bogen zijn volledig uitgerust met stabilisatoren en een vizier.

In deze bijlage bespreken we de principes en onderdelen van de verschillende boogtypes.

## RECURVEBOOG OF OLYMPISCHE BOOG



De recurveboog is een boog die onder de huidige Olympische discipline valt. Bij deze bogen wordt veelal gebruik gemaakt van vizieren, stabilisatie en andere hulpmiddelen om zo nauwkeurig mogelijk te schieten. Hoe verder een recurveboog wordt uitgetrokken hoe groter de trekkracht moet worden om de boog uit te trekken.

### **De boog**

Deze bestaat uit een middenstuk (dit moet van het gebruikelijke type met een venster zijn, dus geen type waarbij men door het venster schiet), een paar flexibele werparmen eindigend in een tip. De boog wordt gespannen d.m.v. één koord (de pees) die de uiteinden van de werparmen rechtstreeks met elkaar verbind.

### **De pees**

Deze mag bestaan uit een willekeurig aantal draden van één of meerdere kleuren uit een materiaal naar keuze. Hierop mogen volgende zaken aangebracht worden :

- »→ Centrale wikkeling (serving) om het plaatsen van de trekvingers te vergemakkelijken
- »→ Nokpunt voor een adequate bevestiging van de pijl op de koord. Dit mag gemaakt zijn uit een bijkomende wikkeling of metalen nokringetjes.
- »→ Een neus- of mondindicatie. In de praktijk is dit veelal een plastic ringetje (kisser).

Extra hulpmiddelen zoals de 'peep-hole' zijn niet toegestaan. Verder heeft ook de lengte van de centrale wikkeling een beperking. Deze mag de schutter zijn 'mikpuntlijn' niet raken.

### **Pijlsteun**

Deze mag verstelbaar zijn en voorzien zijn van een regelbaar drukpunt of steunplaatje zolang geen van deze apparaten elektrisch of elektronisch is. Het drukpunt van de pijl mag maximum 4 cm achter het drukpunt van het middenstuk staan.

### **Treklengte indicator**

Elk auditief en/of visueel hulpmiddel mag hiervoor gebruikt worden zolang het niet elektrisch of elektronisch is. Een veel gebruikt voorbeeld hiervan is de clicker.

### **Vizier**

Dit apparaat is zowel horizontaal als verticaal regelbaar om bv. invloeden van weersomstandigheden te neutraliseren en verschillende schietafstanden correct te overbruggen. Hierbij gelden wel volgende beperkingen :

- »→ Het gebruik van lenzen en/of prisma's is verboden.
- »→ Op de boog mag een indicatie voorzien zijn met verschillende vizierinstellingen die dienen voor de verschillende te schieten afstanden. Deze indicatie mag geen hulp zijn voor andere doeleinden.

### **Stabilisatoren**

Deze mogen, eventueel in combinatie met TFCs (Torque Flight Compensators), gebruikt worden op voorwaarde dat ze niet dienen voor :

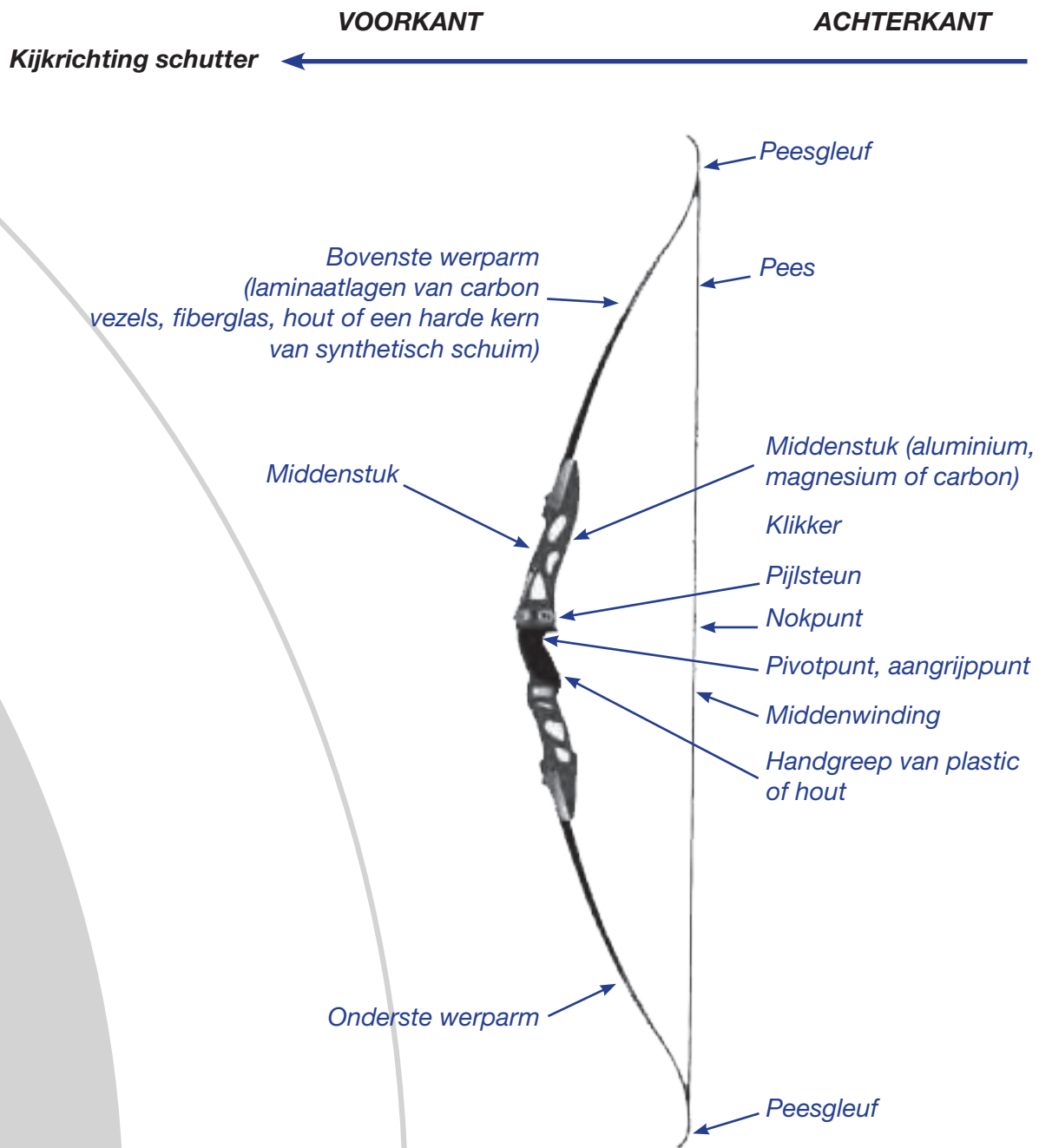
- »→ het uitlijnen van de pees
- »→ niets anders dan de boog raken

Zij mogen ook geen obstakel vormen voor andere schutters qua plaats aan de schietlijn.

---

## BARE BOW

---



De Engelse term Bare bow betekent 'kale boog'. Deze boog bestaat uit een middenstuk en twee werparmen. Deze zijn vaak gelijk aan de Olympische bogen, maar dan zonder de hulpmiddelen als stabilisatoren en vizier. De schutter mikt dus door met de punt van de pijl op het doel te richten. In tegenstelling tot het verschuiven van je vizier, regelt de barebow schutter de hoogte door het verplaatsen van de hand onder de pijl. Hoe dichter de hand bij de pijl, hoe hoger de

pijl zal landen. Deze techniek, ook wel 'String-walking' genoemd, is typerend voor Barebow schutters.

### **De boog**

Deze bestaat uit een middenstuk (dit moet van het gebruikelijke type met een venster zijn, dus geen type waarbij men door het venster schiet), een paar flexibele werparmen eindigend in een tip. De boog wordt gespannen d.m.v. één koord

(de pees) die de uiteinden van de werparmen rechtstreeks met elkaar verbind.

De boog moet kaal zijn, uitgezonderd van de pijlsteun zoals verder beschreven. Meerkleurige middenstukken zijn toegelaten in zoverre zij geen merktekens hebben die bevorderlijk kunnen zijn voor het mikken.

Verder is het toegelaten het onderste deel van het middenstuk te voorzien van gewichten. Deze gewichten moeten, ongeacht hun vorm, rechtstreeks aan de boog bevestigd zijn; d.w.z. dat het gebruik van stabilisators, verlengstukken (gekend voor het vooruitbouwen van de V-bar) en andere schokabsorberende apparatuur verboden zijn. De ontspannen boog, voorzien van al zijn accessoires, moet door een ring van 12,2 cm binnendiameter (fouttolerantie 0,5 mm) gehaald kunnen worden.

### **De pees**

Deze mag bestaan uit een willekeurig aantal draden van één of meerdere kleuren uit een materiaal naar keuze. Hierop mogen volgende zaken aangebracht worden :

- »→ Centrale wikkeling (serving) om het plaatsen van de trekvingers te vergemakkelijken
- »→ Nokpunt voor een adequate bevestiging van de pijl op de koord. Dit mag gemaakt zijn uit een bijkomende wikkeling of metalen nokringetjes.
- »→ Een neus- of mondindicatie. In de praktijk is dit veelal een plastic ringetje (kisser).

Extra hulpmiddelen zoals de 'peep-hole' zijn niet toegestaan. Verder heeft ook de lengte van de centrale wikkeling een beperking. Deze mag de schutter zijn 'mikpuntlijn' niet raken.

### **Pijlsteun**

Deze mag verstelbaar zijn, en voorzien zijn van een regelbaar drukpunt of steunplaatje zolang geen van deze apparaten elektrisch of elektronisch is. Hij mag slechts bevestigd zijn aan de vensterzijde van het middenstuk, dus ook niet op bijkomende apparatuur om het drukpunt achter het middenstuk te plaatsen (overdraw) en hij mag geen bijkomend hulpmiddel zijn voor het mikken.

### **Treklengte indicator**

Dit is, in welke hoedanigheid dan ook, een verboden accessoire.

### **Vizier**

Vanzelfsprekend is dit een accessoire dat niet thuis hoort op een kale boog.

### **Techniek**

Aangezien er op een kale boog geen vizier aanwezig is, moet de schutter andere methodes aanwenden om verschillende afstanden te overbruggen. Hierbij volgt een bespreking van enkele methodes die hiervoor kunnen aangewend worden.

### **Face walking**

Afhankelijk van de te overbruggen afstand plaatst men zijn booghand op een andere plaats tegen het gezicht. Hoe dicht men bij het doel staat, hoe dicht de ankering in de buurt van het oog zal liggen; hoe verder van het doel, hoe dicht de ankerplaats in de buurt van de kin komt te liggen. Deze methode wordt veelal gebruikt bij long bow schieten. Face walking vraagt veel gevoel in het schieten. Het is een moeilijke en niet echt betrouwbare methode en wordt ook wel instinctief schieten genoemd.

### **String walking**

Dit is de methode die het meest gebruikt wordt door bare bow schutters. Hierbij is het ankerpunt één bepaalde plaats tegen het gezicht, bv. een in de booghand naar binnen geplooid duim als steunpunt tegen het kaakbeen en de wijsvinger tegen de mondhoek. Hoe dicht men bij het doel staat, hoe lager de vingers op de koord staan (verder van de nok weg); hoe verder van het doel, hoe dicht de vingers tegen de nok komen te staan.

### **Combinatie van face en string walking**

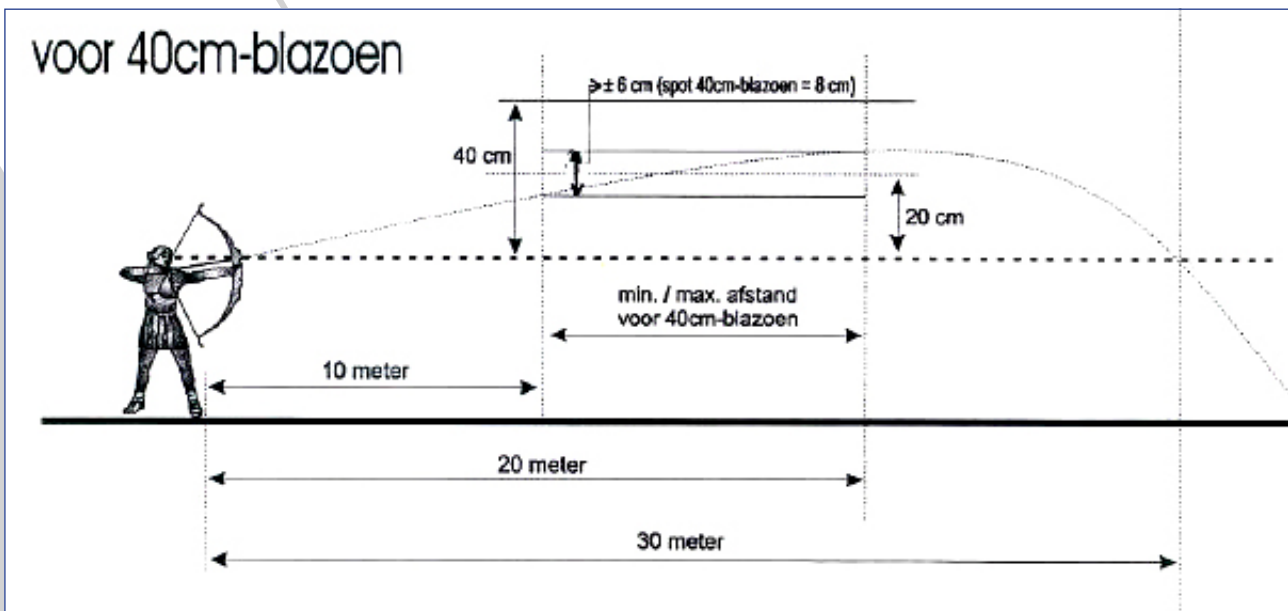
Hierbij neemt men 2 of 3 ankerpunten tegen het gezicht en die combineert men met de stand van de vingers op de pees. Deze methode is er ook weer één die meer van nut kan zijn voor long bows omdat deze een minder efficiënte werpkracht hebben. Door de 2 bovenstaande methodes te combineren verkrijgt men meer mogelijkheden om verschillende afstanden te overbruggen.

### String walking m.b.v. de gap-methode

Deze methode is in principe hetzelfde als string walking, maar is, éénmaal men ze onder de knie heeft, eenvoudiger om mee om te gaan. Voor de 4 verschillende blazoenen neemt men 4 verschillende plaatsen voor de vingers op de pees. De gekozen plaats voor elk blazoen is steeds een plaats die men bij 'gewone' string walking gebruikt om een afstand te schieten die groter is dan de maximum afstand voor het beschouwde blazoen. Bij de gap-methode gebruikt men het recht gedeelte van de vluchtbaan van de pijl (dus het gedeelte vooraleer de pijl begint te dalen). In bovenstaand voorbeeld constateert men dat tussen de minimum en de maximum afstand (hier respectievelijk 10 en 20m) de pijl slechts ongeveer 6 cm stijgt.

Deze afstand is kleiner dan de diameter van de spot, zijnde 8 cm. Men kan dus binnen het opgelegde afstandsverschil steeds, met de combinatie ankerpunt, plaats van de vingers op de koord, op de spot blijven mikken zonder dat het schatten van de afstand belangrijk wordt.

Experimenteel dient enkel bepaald te worden waar de juiste plaats van de vingers op de koord zich situeert. In theorie zou men dit kunnen berekenen, maar het lijkt mij eenvoudiger dit uit te zoeken d.m.v. oefening. Eén keer men dit systeem meester is, dient men zich met minder referentiepunten bezig te houden, zodat meer aandacht kan geschonken worden aan de schiettechniek zelf.



---

## LONG BOW

---



De long bow is een traditionele houten boog die van oorsprong uit Engeland komt. Deze boog is meestal uit één stuk hout gemaakt

en hier wordt op de traditionele manier, zonder enige hulp of richtmiddelen, mee geschoten.

---

## HISTORICAL BOW

---

De historical bow moet gebaseerd zijn op een klassieke boog van voor 1900. De boog dient gebruikt te worden zoals zijn historische voorbeeld vroeger werd gebruikt. Ze is uitsluitend van hout, of samengesteld uit composieten

van verschillende (historische) materialen (bvb. hoorn, been, bamboe). Pijlschachten zijn van hout en bevederd met natuurlijke veren die bij voorkeur op een historische manier zijn vastge maakt.

---

## HUNTING BOW

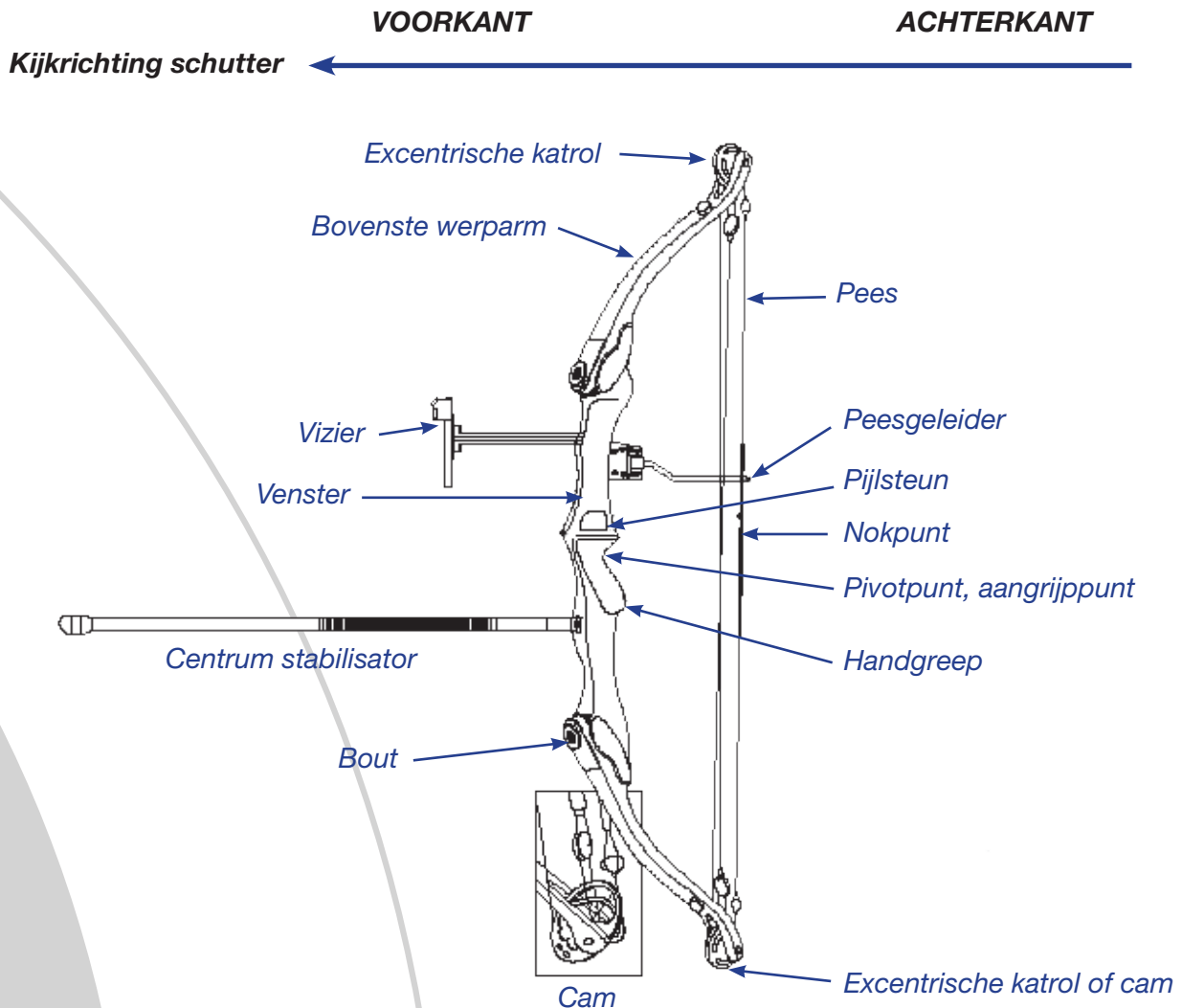
---

De hunting bow of jachtboog is een boog van het type recurve, met eender welke lengte en kracht. Het middenstuk (riser) mag uitsluitend bestaan uit hout, hoorn of bamboe. Enkel pijlen met een mi-

nimumgewicht van 30 gram en/of een inschroefpunt van minimaal 125 grains voor de heren en 20 gram en/of een inschroefpunt van minimaal 100 grains voor de dames zijn toegelaten.



## COMPOUND BOW



De compound is een 'hightech' boog met katrollen zodat de pees bij geringere booglengte toch ver kan worden uitgetrokken. Vrijwel altijd is de constructie zodanig dat er tijdens het uitrekken een krachtmaximum (piek) gepasseerd wordt, waardoor de kracht die nodig is bij het richten tot 75% lager is dan de kracht die nodig is om de boog uit te trekken.

### **De boog**

Deze bestaat uit een middenstuk (het gebruikelijke type met een venster of het type waarbij men door het venster schiet), een paar werparmen en een katrolsysteem. Dit systeem kan bestaan uit meerdere wielen, excentrieken (cams) of een combinatie hiervan. De boog wordt gespannen m.b.v. van

kabels en een koord (pees); het gebruik van een kabelgeleider hiervoor is toegelaten. Het piekgewicht van de boog zal de 60 lbs niet overstijgen.

### **De pees**

Deze mag bestaan uit een willekeurig aantal draden van één of meerdere kleuren uit een materiaal naar keuze. Hierop mogen volgende zaken aangebracht worden :

- »→ Centrale wikkeling (serving) om het plaatsen van de trekvingers of de release te vergemakkelijken
- »→ Nokpunt voor een adequate bevestiging van de pijl op de koord. Dit mag gemaakt zijn uit een bijkomende wikkeling of metalen nokringetjes.

»→ Een neus- of mondindicatie. In de praktijk is dit veelal een plastic ringetje (kisser)  
Verder zijn hulpmiddelen toegestaan zoals een peep-hole (klein plastic gaatje, waardoor je 'door' de pees kunt kijken) en een darmpje of touwtje om dit apparaat op de correcte plaats te houden.

### ***Pijlsteun***

Deze mag verstelbaar zijn en voorzien zijn van een regelbaar drukpunt of steunplaatje zolang geen van deze apparaten elektrisch of elektronisch is. Het drukpunt van de pijl mag maximum 6 cm achter het drukpunt van het middenstuk staan.

### ***Trek lengte indicator***

Elk auditief en/of visueel hulpmiddel mag hiervoor gebruikt worden zolang het niet elektrisch of elektronisch is. Een veel gebruikt voorbeeld hiervan is de clicker.

### ***Vizier***

Dit apparaat is zowel horizontaal als verticaal regelbaar om bv. invloeden van weersomstandigheden te neutraliseren en verschillende schietafstanden correct te overbruggen.

Het mag ook voorzien zijn van pasapparatuur zoals een waterpas en/of vergrotende lenzen en/of prisma's. Elektrische of elektronische hulpmiddelen zijn wel verboden.

### ***Stabilisatoren***

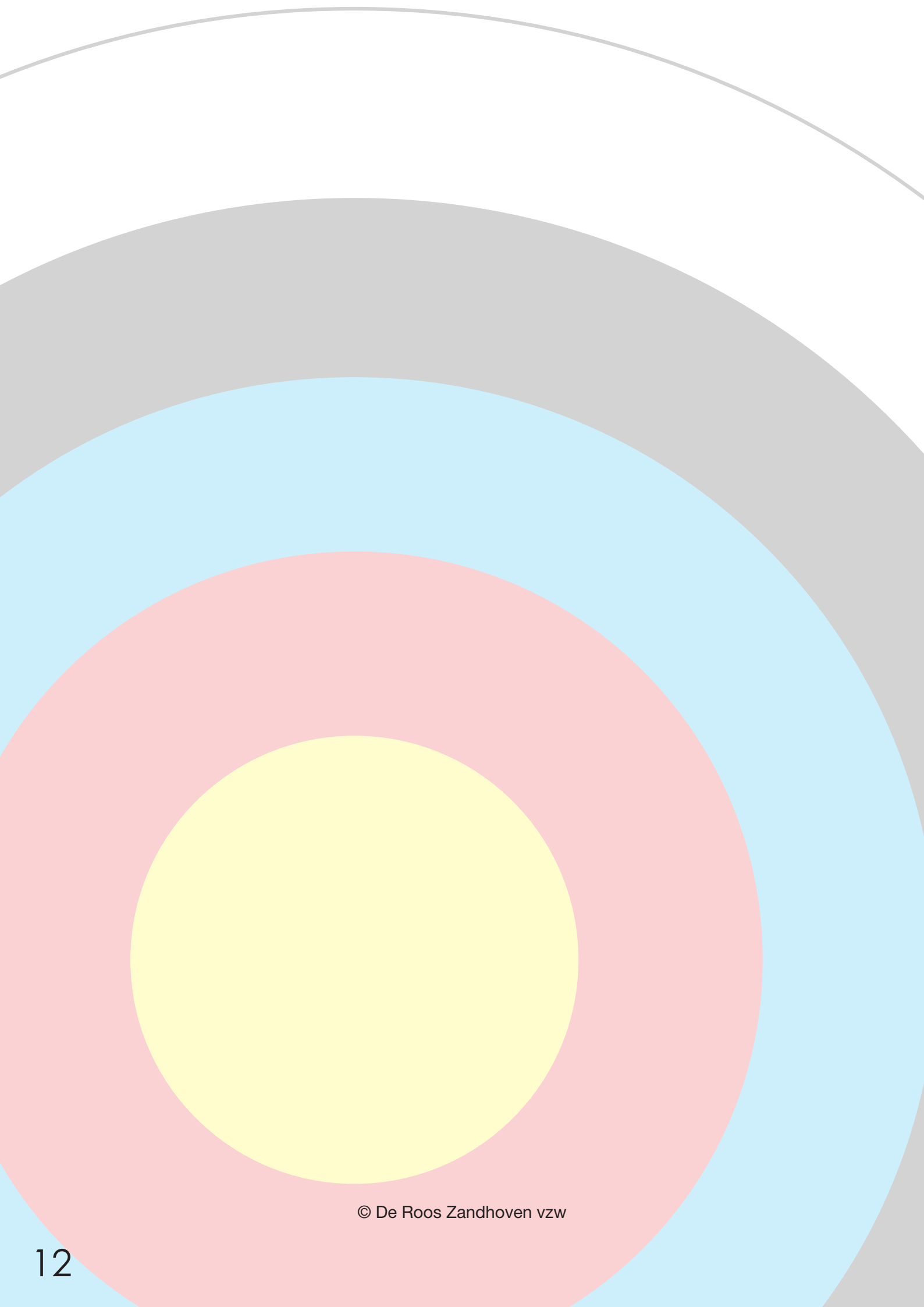
Deze mogen, eventueel in combinatie met TFCs (Torque Flight Compensators), gebruikt worden op voorwaarde dat ze niet dienen voor:

»→ het uitlijnen van de pees

»→ niets anders dan de boog raken

Zij mogen ook geen obstakel vormen voor andere schutters qua plaats aan de schietlijn.





© De Roos Zandhoven vzw