

Training mit einem Clubbogen

Bist du einer von denen?

„Aber es fühlt sich so anders an“

„Der Griff ist nicht derselbe“

„Das Gewicht ist nicht dasselbe“

„Ich habe meinen Arm mit der Sehne getroffen“

„Alles fühlt sich anders an“

- Ja, das ist der Sinn der Übung. Sie sollten wissen, dass Sie so gut geschossen haben, dass Sie es mit jedem Bogen tun können. Das Gefühl kommt von innen in deinem Körper, nicht von den Werkzeugen, die du benutzt.

Der Vorteil eines Vereinsbogens oder leichten Bogens ist, dass Sie jeden Schritt langsam durchgehen und Schritt für Schritt abhaken können. Es ist ein großartiges Werkzeug für das Körperbewusstsein und die Erkenntnis, was Ihr Körper in der Aufnahme tut.

Ich empfehle, damit ein paar Mal im Monat 15-30min zu trainieren.

Version #1

Erstellt: 2026-08-09 15:22:39 BST von Mario

Zuletzt aktualisiert: 2026-08-09 15:24:18 BST von Mario