



# Mein Weg zum WM-Titel

**Patrick Heinke:** Junior und engagierter Compound-schütze erzählt hier von seinem Weg zum Weltmeistertitel bei der WBHC 2015 in Ungarn.

## Tagebuch

**Tipp:** Bei großen Wettkämpfen sollte man mindestens 2-3 Tage vor Wettkampfbeginn am Ort des Geschehens sein, um sich an das Klima (Ausland) zu gewöhnen und mit den Gegebenheiten vertraut zu machen.

**Tag 2: Samstag, 22.8.**

Nach erfolgreicher Bogenkontrolle (zwei Bögen pro Person) von mir und meinem Vater ging es in aller Ruhe zum ersten Mal auf die Practice Range, um bei beiden Bögen das Setup und die Entfernungen zu überprüfen, und natürlich sich etwas einzuschließen. Durch die großzügig aufgestellten Tiere (53 Stück Eleven) konnte man alle Entfernungen problemlos einschließen.

**Tipp:** Sollte man beim Einschließen Links- oder Rechts-Schuss feststellen, obwohl die Einstellung zu Hause gestimmt hatte, sollte man die alte Einstellung beibehalten. Da die Abweichungen vermutlich durch die

Lage der Einschleibscheiben (Sonneneinstrahlung und Stand der Sonne) entstehen. Auch die bei der WM angebrachten Entfernungen müssen nicht immer stimmen, und sollten nicht zum Korrigieren der bereits eingeschossenen Skala verwendet werden. Scheiben auf seine eigene Art, auch wie später auf dem Parcours schätzen und so auch schießen, und sich nicht auf die manchmal angegebenen Entfernungen verlassen.

**Tag 3: Sonntag, 23.8.**

Gezieltes Einschließen mit dem Wettkampfbogen mit Schussablauf und Schätzübungen, am besten am Morgen zur Mittagszeit und am Abend.

**Tipp:** Empfehlenswert ist es außerhalb des Wettkampforts in einem ausgeglichenen Gelände (Wald und Wiese) ein Schätztraining durchzuführen, z.B. wie weit ist der nächste Baum entfernt, oder wie weit ist der Strauch entfernt. Hintergrund ist, dass man ein Gefühl für das Gelände bekommt. Wie groß sind die Bäume, hilft, typische Geländeformen aus der Gegend einschätzen lernen. Um im Wettkampf

## Vorbereitungstage Anreise

**Tag 1: Freitag, 21.8.**

Abfahrt 9 Uhr Morgens

Nach ca. 7 1/2 Stunden Anfahrt kamen wir in unserem Hotel, ca. 30 Fahrminuten vom Wettkampfort entfernt an.

Nach dem Erkunden des Hotels, fuhren wir zum ersten Mal zum Wettkampfort nach Gödöllő, um die Gegebenheiten und den Anfahrtsweg zu erkunden.