



COMPOUND CHEAT SHEET

Die wichtigsten Takeaways für Einsteiger – Let-off richtig nutzen, den Überraschungsschuss trainieren und dein Cam-System sauber eingestellt halten.

1. COMPOUND-AUSRÜSTUNG

Wichtigkeit: **Hoch**

ELEMENT	BEDEUTUNG	TIPP
D-Loop	Hoch	Die Release-Aid greift nur hier, nie direkt in die Sehne – schont Material und Nockhöhe.
Drop-Away-Rest	Hoch	Klappt beim Lösen automatisch weg – die Befiederung berührt nichts mehr.
Peep-Sight	Hoch	Bildet mit Visierring und Libelle eine Linie – verschiebt sich einer, verschiebt sich dein Trefferbild.
Stabilisator	Mittel	Mehr Gewicht vorne bremst das Verkippen des Bogens beim Lösen stärker.

2. CAM-SYSTEME & FORMATE

Wichtigkeit: **Mittel**

THEMA	KURZ ERKLÄRT
Single-Cam	Ein passives Rad unten, nur eine aktive Cam oben – am ruhigsten und verzeihendsten.
Binary-Cam	Synchronisiert sich über Kabelspannung selbst – trotzdem regelmäßig in der Bogenpresse kontrollieren.
Outdoor-Wettkampf	50 m auf die 80-cm-Scheibe, 72 Pfeile, maximal 720 Punkte – Weltspitze schießt regelmäßig über 700.

3. WAS COMPOUND ANDERS MACHT

Wichtigkeit: **Hoch**



Let-off senkt das Haltegewicht: 65 bis 90 % weniger Kraft am Vollauszug – bei 80 % hältst du bei 70 lbs nur noch etwa eine Bowlingkugel.



Immer mit Visier und Release: Recurve schießt mit Fingern und Visier, Barebow ganz ohne Visier – Compound immer mit beidem plus Release-Aid.



Höheres Einstiegsgewicht möglich: Dank Let-off dürfen Compound-Einsteiger höher starten als beim Recurve – Halten am Anker bleibt leicht.



Fachhandel statt Selbstbau: Cams, Kabel und Sehne stehen unter hoher Spannung – Einstellungen gehören in die Bogenpresse.

4. SICHERHEIT & RECHT

Wichtigkeit: **Hoch**



Nie Trockenschuss: Die Energie fährt ohne Pfeil komplett zurück in Riser, Cams und Kabel – teuer und gefährlich.



Nach Trockenschuss sofort stoppen: Auf Risse prüfen und den Bogen zur Kontrolle in die Bogenpresse bringen, auch ohne sichtbare Schäden.



Rechtslage kennen: Bogenjagd ist in Deutschland, Österreich und der Schweiz verboten – Compound bleibt reiner Zielsport.

5. DIE 3 GOLDENEN TECHNIK-REGELN

FAKTOR 1: ÜBERRASCHUNGSSCHUSS STATT TRIGGER PUNCH

Wichtigkeit: **Hoch**

Konzept: Trigger Punch – der Abzug wird bewusst gedrückt statt gespannt – ist der Hauptauslöser für Zielpanik, die rund 90 % aller ambitionierten Schützen irgendwann trifft.

Tipp: Den Abzug langsam anspannen, bis der Schuss überrascht bricht. Bei anhaltender Zielpanik: Blank-Bale-Training ohne Zielpunkt oder Wechsel auf Hinge- oder Tension-Release.

FAKTOR 2: DIE HARTE WALL ENTSCHIEDET ÜBER DIE AUSZUGSLÄNGE

Wichtigkeit: **Hoch**

Konzept: Fühlt sich der Vollauszug gequetscht an, ist die Auszugslänge falsch eingestellt – nicht deine Technik.

Tipp: Auszugslänge am Bogen mit Trainer messen, nicht aus der Armspannweite schätzen. Draw-Länge, Cam-Timing und Peep-Position gehören als Paket in die Bogenpresse.

FAKTOR 3: PEEP, VISIER UND LIBELLE ALS EINE LINIE

Wichtigkeit: **Mittel**

Konzept: Schon minimales Verkanten des Bogens verschiebt den Trefferpunkt seitlich – die Libelle zeigt es sofort.

Tipp: Libelle vor jedem Schuss checken: mittig heißt senkrecht. Der helle Visierring muss beim Ankern zentriert im Peep sitzen.



PRO-TIPP: Moderne Compounds erreichen real 270 bis 310 fps – schneller als ein ICE auf freier Strecke. IBO-Herstellerangaben sind Laborwerte; nur dein eigener Chronograf zeigt deine tatsächliche Geschwindigkeit.