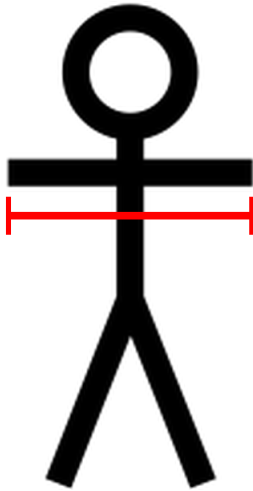


## Bogen für Anfänger auswählen (einfaches Verfahren)



### Messverfahren

Um die Bogengröße zu ermitteln messe die **Spannweite** (Fingerspitze Mittelfinger – Fingerspitze Mittelfinger) der Person und teile die gemessenen Zentimeter durch 2,54. Das Ergebnis entspricht etwa der Bogengröße in Zoll ( " )

### Einfache Alternative

Die Spannweite einer Person entspricht in der Regel seiner Körpergröße.

**Spannweite  $\approx$  Körpergröße  $\approx$  Bogengröße**

Hier ein paar Beispiele (Spannweite/Körpergröße - Bogengröße):

184cm - 72"	180cm - 71"	176cm - 69"	172cm - 68"
168cm - 66"	164cm - 65"	160cm - 63"	156cm - 61"
152cm - 60"	148cm - 58"	144cm - 56"	140cm - 55"

Das Zuggewicht (in Pfund/lbs [#]) für Anfänger sollte dann wie folgt sein:

8-10 J = 10-12#	erw. Frauen = 16-26#
11-13 J = 10-14#	erw. Männer = 22-30#
14-17 J = 12-16#	
18-20 J = 16-22#	

Hier noch eine Zuggewicht-Tabelle (in Pfund/lbs [#]) für Fortgeschrittene:

8-10 J = 10-14#	erw. Frauen = 22-33#
11-13 J = 12-17#	erw. Männer = 26-40#
14-17 J = 16-22#	
18-20 J = 17-26#	