



ALLE INS **GOLD!**

Bogenschießen in der **est**Bogensportschule im Land Fleesensee



EINFACH LOSLASSEN

Ein Sport, alt wie die menschliche Kultur. Und moderner denn je.

Abschalten vom Alltag – und eintauchen in eine neue Erfahrung: Bogenschießen ist ein Sport für jedes Alter, der Ihr Leben bereichert. Sie entwickeln sich weiter, werden selbstbewusster, Ihre Haltung wird gerader, Ihre Gedanken klarer. Denn ...

- ... Bogenschießen ist Konzentration. Es fordert höchste Präzision, trainiert die Koordinationsfähigkeit und die Geschicklichkeit.
- ... Bogenschießen ist gesund. Der gezielte Spannungsaufbau stärkt vor allem die Rückenmuskulatur, Rückenprobleme bessern sich. Auch sonst vernachlässigte Muskelgruppen werden trainiert. Und das Wechselspiel zwischen Spannung und Loslassen bringt Körper und Seele in Einklang.
- ... Bogenschießen ist Faszination. Obgleich ein „technischer“ Sport, stehen Leidenschaft, Zielstrebigkeit, Ehrgeiz und Spaß im Kern des Erlebens. Und die schönste Belohnung ist das sanfte „Blop“, wenn die Pfeilspitze ihr Ziel trifft – mitten ins Gold.

Wir teilen unsere Begeisterung für den Bogensport gern! Ein breites Trainingsangebot in einer attraktiven Schießanlage wartet auf Sie.

Herzlich willkommen in der est-Bogensportschule
im Land Fleesensee.

GUT AM START

Professionelles Training in traumhafter Umgebung.

Sie möchten das Bogenschießen kennenlernen? Oder Sie trainieren schon länger und wollen Ihre Fähigkeiten ausbauen? In einer Naturlandschaft mit phantastischen Hotel-, Freizeit-, Sport- und Wellnessangeboten? Und Sie suchen eine Anlage, die höchsten technischen Standard mit kompetenter, individueller Betreuung vereint? Volltreffer – Sie haben sie gefunden! Inmitten der Mecklenburgischen Seenplatte, im ROBINSON Club Fleesensee, liegt die [est-Bogensportschule](#).

Unsere Schießanlage bietet für Einsteiger, Fortgeschrittene und Profi-Schützen die idealen Trainingsdistanzen. Insgesamt 15 Scheiben, davon sechs ELEVEN-Kunststoffscheiben, bieten Distanzen von 10, 18, 30, 50 und 70 Metern. Ein überdachter Schießstand schützt vor Regen, die Ampelanlage sorgt für Sicherheit. Wir arbeiten nach DSB-empfohlenen Trainingsmethoden mit Recurve- und Compoundbögen, auf Wunsch auch mit traditionellen Bögen. Einsteigerbögen inkl. Alupfeilen, Arm- und Fingerschutz für Links- und Rechtshänder können bei uns ausgeliehen werden.

Perfekt ausgerüstet. In unserem Shop.

Wählen Sie in unserem Pro-Shop direkt in der Anlage unter fachkundiger Beratung aus über 500 Bogensportartikeln Ihre individuelle Traumausrüstung aus! Wir führen namhafte Marken wie Beiter, Easton, Hoyt, Mathews Samick, Shibuya, Win&Win – und vieles mehr. Das ganze Angebot finden Sie auch online unter www.est-bogensport.de/webshop. Schauen Sie herein – es lohnt sich!





DAS ZIEL IM VISIR

Mit kompetenter Anleitung auf Erfolgskurs.

AUSPROBIEREN:

Zweimal wöchentlich bieten wir kostenlose Schnupperkurse für Teilnehmer ab 16 Jahren an.

EINSTEIGEN:

Im Einsteigerkurs vermitteln wir Theorie- und Praxisgrundlagen sowie den Sicherheitskodex des Bogensports und trainieren auf eine Schießdistanz bis 18 Meter. Materialkunde und Haltungstraining sind inklusive, ebenso Leihbogen, Pfeile, Arm- und Fingerschutz.

WEITERKOMMEN:

Der Fortgeschrittenkurs beinhaltet individuelle Bewegungsanalyse, Verbesserung von Schießtechnik und Haltung, Leistungskontrolle, Regelkunde und die Erstellung individueller Trainingspläne.

PROFITRAINING:

Der Sportschützenkurs für Schützen mit eigener Ausrüstung bietet allgemeine Turniervorbereitung, einfache Videoanalyse,

Leistungskontrolle, Bewegungs- und Haltungsanalyse sowie Materialcheck.

VIDEOANALYSE:

High-Speed-Aufnahmen von bis zu 1.000 Bildern pro Sekunde erlauben die detailgenaue Analyse von Bewegungsablauf, Haltung und Schießtechnik. Mit einem speziellen Softwareprogramm kann die individuelle Korrektur der einzelnen Elemente aufgezeigt werden. Die Videoaufnahme auf CD geben wir Ihnen mit.

TRAININGSSCHIESSEN:

Schützen, die die Grundlagen der Schießtechnik beherrschen können mit einem Leihbogen oder der eigenen Ausrüstung auf der Anlage trainieren.

MATERIALTUNING:

Individuelle Einstellung des Bogens und der weiteren Ausrüstung.

Kurstermine siehe letzte Seite

MIT DEM HERZEN DABEI

Ich stelle mich vor: Erdal Tapan, Inhaber der est-Bogensportschule.

Bogenschießen ist meine ganze Leidenschaft – und meine Berufung. Wenn ich den Bogen spanne, vergesse ich alles um mich herum und konzentriere mich nur noch auf den Schuss. Nach dem Sport fühle ich mich einfach relaxed und gelassen. Meine Schüler sagen, meine Begeisterung für das Bogenschießen sei ansteckend. Fasziniert bin ich auch von der heutigen Technik und dem verwendeten Material.

Seit meinem 18. Lebensjahr schieße ich im Verein. Ich habe auf dem Recurve-Bogen angefangen und 2006 zum Compoundbogen gewechselt. Seit 2002 habe ich in verschiedenen ROBINSON Clubs gearbeitet und zusätzlich viele Firmenincentives betreut. Zuvor war ich Trainer und Ausbilder in mehreren Hotels, wo mir auch der Aufbau der Schießanlagen oblag. Mit der Gründung der est-Bogensportschule 2010 habe ich mir einen Herzenswunsch erfüllt – und ein Zentrum für Bogensportler geschaffen, die hier unter idealen Bedingungen trainieren können.

QUALIFIKATIONEN:

Vereinsübungsleiter, C-Trainer Leistungssport, Jugendtrainerausbildung, Prüfer und Träger des Braunen Gürtel des KFS (Kollegium zur Förderung der Schießtechnik im Bogensport), B-Trainer vom Deutschen Schützenbund (DSB), Organisation der Trainingscamps für die deutsche und holländische Nationalmannschaft (2003–2009).





SPORTART MIT URALTEN WURZELN

Das Schießen mit Pfeil und Bogen

war schon vor über 15.000 Jahren eine der wichtigsten Jagdmethoden der Menschheit. Lange Zeit spielte der Pfeil als Fernwaffe eine große Rolle.

Heute zählt Bogenschießen auf standardisierte Zielscheiben zu den Präzisionssportarten und ist seit 1972 auch olympische Disziplin. Am meisten verbreitet ist der auch „Olympischer Bogen“ genannte Recurvebogen, ausgestattet mit Zielvorrichtung und Stabilisatoren. Mit dem technisch hoch entwickelten Sportgerät kann man Treffer auf große Distanzen erzielen.

Raffinierte Technik: Der Compoundbogen wurde 1969 in den USA erfunden. Sein auffälligstes Merkmal sind kleine, exzentrisch aufgehängte Rollen, die „Cams“, an den Bogenenden, auf welchen Sehne und Kabel aufgerollt sind. Der ausgeklügelte Mechanismus sorgt beim Spannen für ein deutlich geringeres Zuggewicht. So kann der Bogen ruhiger gehalten werden, und das Zielen fällt leichter.

IN BESTER GESELLSCHAFT

Das komfortable Umfeld für Ihren Bogensport-Urlaub.

Schwimmen, Segeln, Reiten, Golfen, Wellness, Wandern – Land Fleesensee ist das Urlaubsparadies für die ganze Familie. Mit den schönsten Hotels vor Ort:

ROBINSON CLUB Fleesensee

ROBINSON-Clubleben mitten in Deutschland, in der herrlichen Natur der Mecklenburgischen Seenplatte



Hier ist alles inklusive! Nutzen Sie das vielseitige Freizeit- und Sportangebot am Tag – freuen Sie sich auf das unterhaltsame Show- und Bühnenprogramm am Abend. Wellness- und Beautypakete sorgen für Entspannung, und Kinder von 3 bis 12 Jahren werden im ROBY Club ganztägig betreut. Genießen Sie das vielseitige Buffet im Hauptrestaurant – oder ein 4-Gänge-Menü im Spezialitätenrestaurant „Storchennest“. Und schwingen Sie das Tanzbein – in der Discothek „Twister“.

Mehr Informationen:

www.robinson-fleesensee.de

RADISSON BLU Resort Schloss Fleesensee

Historisches Ambiente und einzigartige Umgebung für Ihren Bogensporturlaub



Das Radisson Blu Resort Schloss Fleesensee faszinierendes Hotel, dessen architektonische Besonderheit Geschichte erlebbar macht.

Entspannen, Wohlfühlen, kreativer Gedankenaustausch, kulinarische Genüsse und ein zuvorkommender Service in einem charmanten Ambiente sind Teil des Schloss Fleesensee.

Darüber hinaus lädt der Blick in den von Peter Joseph Lenné gestalteten Park mit seinem herrlichen alten Baumbestand zum Verweilen auf der Schlossterrasse ein.

- 3 Restaurants und 2 Bars
- Nutzung des hoteleigenen Golden SPA mit Innenpool, Finnischer Sauna, Dampfbad, Sonnenterrasse, Wellness Suite, Beauty- und Wellness-Anwendungen
- Freie Nutzung des Highspeed-Internet (WLAN)
- Ermäßigung auf den Eintritt in die Wasser- und Saunawelt des Fleesensee SPA
- 20% Rabatt auf allen drei PGA 18-Loch-Golfplätzen
- Kostenlos: Shuttle-Service zur Bogensportanlage, Park- und Gepäckservice, Parkplätze. Tiefgarage gegen Gebühr.

Mehr Informationen:

www.radissonblu.de/resort-fleesensee

DORFHOTEL Fleesensee

Im Appartement wohnen,
Hotelkomfort genießen



In der autofreien Ferienanlage für die ganze Familie wohnen Sie im Appartement und genießen Hotelkomfort. 192 Ferienwohnungen unterschiedlicher Größe, verteilt auf fünf Themendörfer, zwei Restaurants und eine Bar erwarten Sie. In RESIs Kinderwelt sind Ihre Kleinen bestens aufgehoben, und Kids von 10 bis 14 amüsieren sich im Jugendclub mit Internetcafé und Kletterwand. Fahrrad- und Kettcar-Verleih, Streichelzoo und Abenteuerspielplatz runden das Angebot ab. Und Sie haben freien Eintritt in die Badelandschaft des Fleesensee SPA.

Mehr Informationen: www.dorfhotel.com

IBEROTEL Fleesensee

Der Logenplatz direkt am Fleesensee



Modernes Ambiente mit Seeblick: Direkt am Fleesensee gelegen, bietet das Vier-Sterne-Superior-Haus 156 komfortable Zimmer, darunter 12 elegante Suiten, alle mit Balkon oder Terrasse. Die hauseigene Badeplattform und der eigene Strand laden zum Baden und Entspannen ein. Hochwertige Gastronomie versprechen die beiden Restaurants „Fine Art“ und „Lakeside“: Regionale Spezialitäten zubereitet mit Finesse und international inspirierten Akzenten überzeugen jeden geschmacksverwöhnten Genießer. Der Wellnessbereich auf 950 m²

mit Innenpool und großzügiger Saunalandschaft bietet Entspannung für Körper und Geist nach einem ereignisreichen Tag. Das Hotel ist Teil des Land Fleesensee und bietet mit seiner Vorzugslage an der Meck-

lenburgischen Seenplatte beste Voraussetzungen für einen aktiven Wohlfühlurlaub.

Mehr Informationen:
www.iberotel.de

GOLF & COUNTRY CLUB Fleesensee

Die 5 Golfplätze mit mehr als 70 Löchern versprechen traumhaftes Golf in traumhafter Lage.



Zwei 9-Loch Kurzplätze können ohne Vorkenntnisse genutzt werden. Drei 18-Loch Plätze bieten abwechslungsreiches Golfvergnügen. Der axel lange Generali Platz eignet sich für Golfer mit wenig Zeit, der Scandinavian Course ist beliebt bei Golfern aller Vorgaben und der Schloss-Platz stellt selbst Könnern knifflige Aufgaben. Ein großzügig gestaltetes Übungsareal und eine kreisförmige Driving Range mit 400m Durchmesser und 90 überdachten Abschlagplätzen und Flutlicht ermöglichen ein optimales Training, egal bei welchem Wetter.

Wie man mit kleinstem Aufwand und den richtigen Korrekturen die größten Verbesserungen für den Ballflug erzielt, lernt man in der Golfschule von Oliver Heuler. Das Erlernte kann man dann gleich in zahlreichen vorgabewirksamen Turnieren umsetzen. Und für Tennis- und Squashfreunde gibt es sogar noch mehr Plätze als für Golfer.

Mehr Informationen:
www.golfclub-fleesensee.de



est-Bogensport

c/o Robinson Club
Fleesensee
Penkower Straße 2
17213 Göhren-Lebbin

Mobil 0163.20 06 215
Mail et@est-bogensport.de
Web www.est-bogensport.de

Kurstermine

Mo-Sa 10:00-12:00 Uhr und 14:00-18:00
oder nach Absprache, Änderungen vorbehalten.

Die Schnupperkurse bieten wir für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren an (mit Anmeldung). Alle weiteren Kursangebote gelten für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren - auch für externe Gäste. Die Kursgebühren finden Sie auf der Preisliste oder im Internet unter www.est-bogensport.de.

