

Afstellen freestyleboog

De volgende tekst legt in 10 simpele stappen uit hoe je het beste resultaat uit je freestyle-boog kunt halen. Alle verstelmogelijkheden aan je boog staan in relatie tot elkaar en wanneer goed afgesteld, zullen je schietresultaat snel verbeteren.

De basisinstelling

1. De juiste peeshoogte

Zet de pees op een peeshoogte die de fabriek opgeeft voor jouw boog.

66" boog = peeshoogte van 21.5 cm (+/- 1 cm)

68" boog = peeshoogte van 22.5 cm (+/- 1 cm)

70" boog = peeshoogte van 23.5 cm (+/- 1 cm)

De ideale peeshoogte is bereikt wanneer de boog het minste lawaai produceert.

2. Plaats het nokpunt op de aangegeven hoogte

66" boog = nokpunt op 5 mm

68" boog = nokpunt op 6 mm

70" boog = nokpunt op 7 mm

3. Het uitlijnen van de boog

Moderne bogen hebben de mogelijkheid om de pees exact in het midden van de boog te zetten. Zie hiervoor de gebruiksaanwijzing die bij de boog geleverd werd.

4. De instelling van de tiller

Verstel, indien noodzakelijk, de tiller van de boog. Tiller is het verschil in afstand van de boven-latvoet tot de pees en de beneden-latvoet tot de pees. Doorgaans ligt deze waarde tussen de 3 en 6 millimeter. Voor de duidelijkheid, de afstand van de bovenlat naar de pees zal groter moeten zijn dan die van de onderste lat naar de pees. Bouw hierna je boog volledig op, dus met vizier en stabilisatie. Trek met gesloten ogen de boog uit. Zonder pijl uiteraard! Probeer je te concentreren op het gevoel van je trekhandvingers tijdens de laatste getrokken inch.

Herhaal dit enkele malen.

Het is de bedoeling dat je voelt hoe de drukverdeling op de tab c.q. je vingers is. Voel je bij de laatste getrokken inch overmatige druk op je wijsvinger, verlaag dan de trekkracht van de bovenste werparm. Voel je bij de laatste getrokken inch overmatige druk op je ringvinger, verlaag dan de trekkracht van de onderste werparm. Wanneer je de juiste instelling gevonden hebt, zul je ervaren dat het een stuk makkelijker is geworden om het vizier tijdens de richtfase/ klickerfase stil te houden op het midden van het blaas.

5. Centershot instellen

Verstel het centershot door middel van de button zodanig dat de pijl(punt) voor de helft of driekwart buiten de pees ligt.

6. Bepalen van het juiste nokpunt

Het doel van de basis-tuning is om te bepalen of je pijlen met en zonder veren over een afstand van 18 meter het zelfde traject kan laten vliegen. Is je pijlkeuze correct geweest moet dit mogelijk zijn. Je hebt voor deze stap nodig: 3 gevederde en 1 kale pijl.

Schiet eerst de 3 gevederde pijlen op het blazoen en schiet direct daarna de kale pijl. Herhaal dit 2 of 3 keer. Om nu te bepalen of je nokpunt goed staat, moet je kijken waar je kale pijl het doel treft ten opzichte van de gevederde pijlen. Zit de kale pijl lager, dan zul je een nieuw nokpunt moeten maken en deze lager moeten zetten. Zit je kale pijl hoger, dan moet je nokpunt omhoog. Herhaal deze oefening net zolang tot je kale pijl op exact dezelfde hoogte het doel treft als de gevederde groep.

7. Buttonsparing instellen

Het zal je tijdens de vorige oefening al zijn opgevallen dat de kale pijl weliswaar op de zelfde hoogte het doel treft maar wel altijd rechts dan wel links van de gevederde groep zit. Zit je kale pijl rechts dan moet je de veerspanning van de button verhogen net zolang totdat je kale pijl binnen een afstand van minimaal 10 centimeter ten opzichte van de gevederde groep het doel treft. (de linkshandige moet de veerspanning verlagen)

Zit je kale pijl links van de groep dan zul je de veerspanning moeten verlagen totdat het zelfde resultaat bereikt wordt. (de linkshandige weer net andersom) Komen de kale pijlen niet in de buurt van de gevederde groep dan heb je mogelijk een verkeerde pijlkeuze gemaakt maar er kunnen nog zaken aan de boog veranderd worden om het gewenste resultaat te bereiken. Blijft je kale pijl overmatig rechts zitten dan zijn de pijlen te slap voor de werpkracht van de boog. De boog zal dus (indien mogelijk) lichter in trekgewicht gezet moeten worden. Hiervoor dienen de stempels van de pockets te worden uitgedraaid. Blijft echter je kale pijl links van de groep zitten dan zijn je pijlen te stijf en zal je boog zwaarder in trekkracht gezet moeten worden. Hiervoor dienen de stempels van de pockets te worden ingedraaid.

8. Controle van het juiste centershot

De meest simpele methode om dit te controleren is het volgende: Koop of leen een witte of in ieder geval lichtgekleurde nok en plaats deze in de kale pijl. Schiet de kale pijl over een afstand van 18 meter op een donkere achtergrond. Kijk of laat kijken naar wat de nok doet over dit traject. Slaat tijdens de vlucht de nok naar links uit dan staat het centershot te ver naar buiten. Slaat de nok naar rechts uit dan staat het centershot te ver naar binnen. Als het centershot goed staat afgesteld dan zal de nok pal achter de punt aan blijven vliegen.

De micro-tuning

Micro-tuning vindt plaats op de lange afstand en heeft tot doel; het optimaliseren van het groeperingseffect.

We gaan zoeken naar die afstelling welke de kleinste groepen geeft. De kleinste groepen scoren namelijk ook altijd de meeste punten. Kies je langste schietafstand waarop jij je nog comfortabel voelt. Voor langeafstandsschutters is dit meestal de 70 meter.

9. Nokpunt-tuning

Schiet 3x een groep van minimaal 6 pijlen en meet de afstand tussen de hoogste en laagste inslagen en noteer deze. Zet hierna het nokpunt een 1 millimeter hoger en herhaal deze oefening. Noteer ook nu weer de afstand tussen de hoogste en laagste inslagen. Maak nu een nokpunt dat 1 millimeter lager zit dan je basiswaarde (gevonden bij stap 6) en schiet weer 3 series. Noteer hierbij

wederom de afstanden van de laagste en hoogste inslagen. Je hebt nu meerdere metingen verricht met 3 verschillende nokpuntwaarden en er steekt er wellicht één met kop en schouders boven uit namelijk, die met de kleinste spreiding tussen de hoogste en laagste inslagen. Ga voor die waarde en maak nu je definitieve nokpunt.

10. Button-tuning

We hebben zojuist doormiddel van het bepalen van het juiste nokpunt de hoogtespreiding van de geschoten groepen verkleint. Nu gaan we onze breedtespreiding onder handen nemen door de buttonspanning te verstellen. Schiet weer meerdere groepen met minimaal 6 pijlen, telkens met een veerspanning die met een $\frac{1}{4}$ slag verhoogd wordt totdat een volle omwenteling van de stelschroef bereikt is. Hierna met een veerspanning die je steeds $\frac{1}{4}$ slag verlaagt. Ook nu weer totdat een volle omwenteling bereikt is. Noteer elke keer de breedtespreiding van de geschoten groep, inclusief de groep die geschoten werd met de basiswaarde (uit stap 8) kreeg je nu in totaal 9 verschillende meetgegevens. Ga voor die instelling die de minste breedtespreiding gaf.

Veel succes en schietplezier,
Maarten van Kinschot