



**Kursplan**

**2023-03-23**

**Bilaga 16**

# Kursplan för

## **Grundinställning/ Trimning av bågen**





## Kursplan

Bilaga 16

2023-03-23

### 1. Utbildningsmål

Efter utbildningen ska eleverna kunna:

Ska eleverna under handledning kunna montera och trimma sin egen båge.

- Stränga sin båge
- Mäta tiller och kunna justera tillern
- Mäta in nockläge och kunna knyta nockläge
- Ställa in angreppsvinkel
- Justera in plungern
- Montera sina egna pilar
- Ställa draglängd (Compund)
- Ställa dragstyrka (Compund)
- Ställa in angreppsvinkeln (Compund)
- Montera peep (Compund)
- Knyta nockläge och D-LOOP (Compund)

### 2. Utbildningsmetodik

Utbildningen genomförs både med teori och praktik. Eleverna ska medföra och arbeta med sin egen utrustning.

Utbildningen ska anpassas till elevunderlaget.

### 3. Utbildningslitteratur och utbildningsmateriel

Publikation	Hänvisning sidor	Att iaktta
Bågskyttens materiel	Hela kompendiet	
Borås Bågskyttessällskaps hemsida	<a href="https://borasbs.se">Borås Bågskyttessällskap - Bågskytte i Borås - Trimning (borasbs.se)</a>	



## **Kursplan**

**2023-03-23**

**Bilaga 16**

### **4. Utbildningsplan**

Utifrån denna kursplan ska utbildaren utforma en utbildningsplan. Har föreningen för avsikt att genomföra utbildningen som en lärgrupp ska kontakt tas med respektive Idrottsombud på på distriktets RF/SISU förbund innan kursstart.