

Frederik Hendrik introductie boek



Welkom bij Frederik Hendrik.

Hartstikke leuk dat je lid bent geworden. Dit boekje is om jou alvast een op weg te helpen in de grote wereld van het handboogschieten en het verenigingsleven van Frederik Hendrik.

Niet alle informatie zal te vinden zijn in dit boekje daarom zullen er weblinks staan naar websites die jou verder op weg kunnen helpen.



Inhoud

Wat is er mogelijk bij FH	4
Soorten bogen.....	4
Houten boog	4
Recurveboog	4
Compoundboog	4
Wedstrijden	5
Traditionele wedstrijden.....	5
Alternatieve schietwedstrijden	6
Eigen wedstrijden en toernooien.....	6
Clubhuis.....	7
De vereniging in de zomer	7
Kruisboog	7
Gebruik van (club)materiaal	7
Vrijwilligerswerk.....	7
Bestuur.....	8
Actualiteit.....	8
10 vragen	8
Links	8

Wat is er mogelijk bij FH

Binnen de vereniging is het mogelijk om op een afstand van 18 of 25 meter te schieten, afhankelijk van de dag. Hieronder is een overzicht van de openingstijden van het clubhuis met daarbij de afstanden die dan geschoten worden:

Dagdeel	Openingstijden	Afstand	
Dinsdag avond	19:30 - 22:00	18 en 25 meter	Trainingsavond*
Woensdag avond	19:30 - 22:00	18 en 25 meter	Verenigingsavond
Vrijdag avond	19:30 - 22:00	18 meter	Jeugd- en beginnersavond**
Zondag ochtend	10:00 – 13:00	25 meter	Kruisjesschietsen ***

*Het kan voorkomen dat het clubhuis die avond niet open is. Voor de zekerheid kan je naar het clubhuis bellen.

** Wij vragen u geen alcohol mee te nemen in de schiethal i.v.m. het goede voorbeeld dat wij aan de jeugd willen geven.

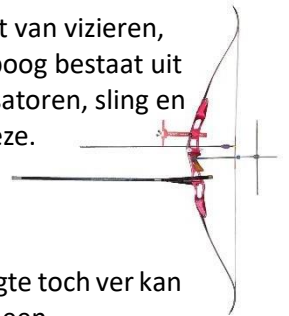
*** Het kruisjesschietsen is een interne wedstrijd, zie meer onder *eigen wedstrijden en toernooien*.

Soorten bogen

Houten boog. Ook wel traditionele boog genoemd. Dit is een boog die vaak bestaat uit een stuk hout. Bij deze boog wordt er geen gebruik gemaakt van hulpstukken zoals een vizier. Er zijn verschillende soorten houten bogen, jachtboog, longbow, flatbow, ruitersboog zijn de bekendste typen houten bogen. Meestal worden houten pijlen geschoten met deze boog.



Recurveboog. Dit type boog is het meest bekend. Bij deze boog wordt gebruik gemaakt van vizieren, stabilisatie en andere hulpmiddelen om zo nauwkeurig mogelijk te kunnen schieten. De boog bestaat uit een middenstuk, twee latten, een vizier en bijbehorende hulpstukken. Dit kunnen stabilisatoren, sling en klikker zijn. De pijlen zijn vaak gemaakt van aluminium, carbon of een combinatie van deze.



Compoundboog. Een “hightech”-boog met katrollen, zodat de pees bij kortere booglengte toch ver kan worden uitgetrokken. Vrijwel altijd is de constructie zodanig dat er tijdens het uittrekken een krachtmaximum (piek) gepasseerd wordt, waardoor de kracht die nodig is bij het richten, tot wel 75% lager is dan de kracht die nodig is om de boog uit te trekken. Men kan met dit soort bogen veel nauwkeuriger schieten, o.a. ook door de vergrotende factor van de scoop (vizier). Ook het pondage van deze boog is veel hoger (tot wel 60 pond). En de boog heeft ook een waterpas, zodat men deze exact verticaal kan houden. De pijlen zijn vaak gemaakt van aluminium, carbon of een combinatie van deze.



Wedstrijden

Binnen de handboogsport zijn er diverse verschillende soorten wedstrijden.

Traditionele wedstrijden

De meeste bekenden zijn indoor, outdoor en 3D



Indoor: er zijn twee verschillende soorten indoorwedstrijden.
1 pijls: Hierbij wordt geschoten op een afstand van 25 meter waarbij 25 rondes 1 pijl wordt geschoten op een 60 cm blazen.

3 pijls: op 18 meter worden er 10 rondes geschoten van 3 pijl per ronde op een 40cm blazen

Outdoor: Er wordt buiten geschoten op een groot grasveld op 4 verschillende afstanden. De afstanden verschillen per klasse. Zo schieten volwassen vrouwen op 70, 60, 50 en 30 meter. Een wedstrijd duurt de gehele dag.

Per afstand worden er 30 of 36 pijlen geschoten afhankelijk van de wedstrijd.



3D: Bij een 3D wedstrijd wordt er geschoten op dieren van rubber. Er wordt een parkour door een bos uitgezet waarbij er wordt geschoten vanaf verschillende hoeken en afstanden.

Het kan voorkomen dat je bij zo'n wedstrijd mis schiet en de pijl niet meer kan vinden of je een pijl tegen een boom schiet en deze breekt. Zorg ervoor dat je er genoeg bij je bent. 9 à 12 pijlen wordt aanbevolen.

Voor het deelnemen van wedstrijden is eigen materiaal en de persoonlijke bondspas nodig. Het vinden en inschrijven voor deze wedstrijden kan op verschillende manieren. Zo zijn alle 3D wedstrijden te vinden op www.boogwereld.nl. Jaarlijks wordt er door de Handboogbond Indoor en Outdoor competities georganiseerd.

Voor het inschrijven van de competities wordt gebruik gemaakt van de NHB-website of inschrijflieden in onze schiethal.

Alternatieve schietwedstrijden

Naast de traditionele wedstrijden zijn er alternatieve wedstrijden die nieuw zijn in de handboogsportwereld.

Run Archery: Dit is een handboogwedstrijd gecombineerd met hardlopen.

Archery Attack: een combinatie van handboogschieten, paintballen en trefbal.

Trap Archery: Een wedstrijd waar schijven van ongeveer 25 centimeter (diameter) in de lucht worden geschoten en geraakt moeten worden met speciale flu flu pijlen.



Op internet en YouTube is meer informatie te vinden over deze wedstrijdvormen.

Eigen wedstrijden en toernooien

Buitenom de regionale en landelijke competities heeft Frederik Hendrik ook zijn eigen wedstrijden en Toernooien.

Zo is er iedere zondag ochtend het kruisjesschieten. Dit is een interne 25 meter, 1 pijls wedstrijd waar er een aantal punten geschoten moet worden om onderdelen van een miniatuur boogje te verzamelen. Rondom Halloween en pakjesavond wordt er een Halloweenschietsing en pakjesschieten georganiseerd voor de beginners en jeugd.

Aan het begin van ieder kalenderjaar is een nieuwsjaarverschietsing voor heel de vereniging. Ieder jaar wordt het koningschieten georganiseerd waar iedereen het tegen elkaar opneemt om de titel als de koning(in) te veroveren.

In de zomer hebben wij een zomerverschietsing aansluitend met een feestelijke afsluiting.

Buiten de landelijke en regionale competities om organiseert Frederik Hendrik ieder jaar haar Delfsblauw toernooi. Dit zijn 2 officiële A-status wedstrijden op 18 meter, meestal worden georganiseerd in het 2^{de} weekend van november. Hier mag iedereen aan meedoen, van beginnende schutters die 3 maanden schieten tot aan olympische topschutters.

Clubhuis

De vereniging beschikt over een schiethal met 14 banen waar een maximale schietafstand van 25 meter kan worden geschoten. Er is ook een buitenbaan naast de schiethal. Na overleg en toestemming met het bestuur kan hier gebruik gemaakt van worden. Naast de schiethal heeft Frederik Hendrik ook een bar met een ruim aanbod aan hapjes en drankjes. Aan de bar is het alleen mogelijk om contant af te rekenen. Wel is er een lijst waarbij het barpersoneel bijhoudt wat u besteld waarna u aan het einde van de avond afrekent.

De vereniging in de zomer

Tijdens de zomervakantie is de vereniging gewoon open maar zijn er geen kennismakingscursussen en is de bar op vrijdagen gesloten. Op vrijdagavond geldt dan zelfbediening, leden schrijven hun naam op de barlijst samen met hun consumpties en rekenen deze na de zomervakantie af. Het is ook mogelijk om deze woensdagavond of zondagochtend af te rekenen.

Graag eigen gebruikte consumpties opruimen.

Kruisboog

Het schieten met de kruisboog is niet toegestaan op de vereniging.



Gebruik van (club)materiaal

Na de beginnerscursus mag het clubmateriaal (boog & pijlen) worden geleend voor 6 maanden. Persoonlijke beschermingsmiddelen (tabs, arm- en borstbescherming) mag 3 maanden geleend worden. Na de vernoemde tijd wordt verzocht zelf materiaal aan te schaffen. Links naar de boogwinkels zijn te vinden achterin het boekje. Voor advies voor het aanschaffen van materiaal kunnen de trainers passend advies geven.

Vrijwilligerswerk

Onze vereniging draait op de gezelligheid van onze leden en het werk van de vrijwilligers. Vrijwilligers zijn daarom altijd gezocht voor de *bar, onderhoud/schoonmaak, wedstrijden, website en facebookpagina en trainingen*. Wil je de club een handje helpen door af en toe vrijwilligerswerk uit te voeren? Dan kan je dit aangeven bij het bestuur. Ook is het mogelijk voor middelbare scholieren om hun maatschappelijke stage uit te voeren bij de vereniging. Frederik Hendrik is door de SBB een erkend

leerbedrijf, daarom is het mogelijk voor middelbare scholieren om hun maatschappelijke stage uit te voeren bij de vereniging. Dit geldt ook voor mensen die een sportopleiding volgen.

Bestuur

De vereniging wordt bestuurd door een 6-tal bestuursleden.

- Kirsten van den Broek is het secretariaat.
- Henk Hofman is de penningmeester. Voor vragen betreft geldzaken kun je bij hem terecht.
- Marjolein Morel heeft het overzicht van alle competities en wedstrijdzaken.
- Jordi van der Meer is algemeen bestuurslid en het aanspreekpunt voor de jeugd en beginners.
- Danny ter Hark is algemeen bestuurslid
- Sander Turk van Utrecht is algemeen bestuurslid

Uiteraard zijn er genoeg andere leden met veel ervaring en kennis over de sport. Dus wees niet bang om iemand wat te vragen.

Actualiteit

Indoor-en outdoorwedstrijden/competities zijn te vinden op de site van de bond.

Alle 3D-wedstrijden zijn te vinden op www.boogwereld.nl

Nieuwtjes en updates van de vereniging zijn te volgen via de website of facebookpagina. Ook is er aan de linkerkant van een schiethal een whiteboard met nieuwtjes en inschrijffijsten

Eenmaal per jaar wordt er in maart een algemene ledenvergadering gehouden. Hiervoor zijn alle leden uitgenodigd en worden belangrijke onderwerpen besproken betreft de vereniging.

10 vragen

Hieronder 10 vragen om jou in de club te laten snuffelen.

1. Wie werd er in 2002 Europees kampioen in de categorie compound dames?
2. Wie is het langste lid van de vereniging?
3. Is prins Frederik Hendrik de oprichter van de vereniging?
4. Wat is een ander woord voor “Lange bal”?
5. Hoe heet de plek die extra veel punten waard is op een 3D target?
6. Wat gebeurt er als je de bel aan de bar luidt?
7. Hoe heet een kaart met drie kleine blazoenen onder elkaar?
8. Hoeveel banen heeft de vereniging?
9. Hoeveel handboogschietverenigingen zijn er in Delft?
10. Waar staat NHB voor?

Links

<http://www.frederikhendrik.nl/> (clubwebsite)

<https://www.facebook.com/HBSVFrederikhendrik/> (Facebook pagina)

www.europearchery.com (boogwinkel Van Dorst)

<https://www.all-inn-traditional.nl/> (boogwinkel all introditional)

<https://www.handboogbond.nl/> (website van de bond)

www.boogwereld.nl (3D wedstrijden)