Instromen vanuit een andere sport

Werkwijze | bespreek en pas aan met je begeleider

Vertel wat je meebrengt en zoekt

Beschrijf je eerdere sport, wat je graag deed en waarom je nu boogschieten wilt proberen. Zoek je ontspanning, clubcontact, een technische uitdaging of later prestaties? Vraag welke eerste kennismaking werkelijk beschikbaar is.

Onderzoek overdraagbare vaardigheden

Je kunt ervaring hebben met ritme, evenwicht, leren uit feedback of een trainingsroutine. Bekijk met de trainer welke daarvan helpt bij een eenvoudige boogschietopdracht. Een oude bewegingsgewoonte kan ook aanpassing vragen.

Leer eerst wat nieuw is

Herneem schietlijn, wachtzone en signalen. Laat materiaalpassing controleren en leer het basisschot met passend materiaal. De trainer kiest een haalbare eerste oefening en geeft één aanwijzing tegelijk.

Spreek een proefperiode op maat af

Kies enkele passende oefenmomenten of een eerste reeks afspraken met de club, zonder vaste minimumduur. Bespreek motivatie, leersnelheid, plezier en wat praktisch haalbaar is. Vergelijk de uitvoering over meerdere momenten.

Intake en eigen ontwikkeling; geen talenttest, selectienorm of toezegging van een programma.

Instromen vanuit een andere sport

Mijn afspraken | digitaal invulbaar of afdrukbaar

Mijn eerdere sport en ervaring

Waarom wil ik boogschieten proberen?

Wat wil ik behouden, leren of anders doen?

Welke eerdere vaardigheid helpt mogelijk?

Wat zagen we tijdens de kennismaking?

Nieuwe veiligheid en technische basis die ik oefen

Passend materiaal en praktische begeleiding

Onze eerste proef- en oefenafspraken

Wat beviel en wat wil ik opnieuw proberen?

Volgende stap, trainer en bespreekmoment