



Bärbel Bös hat ihre Zielsicherheit wiedergefunden. Der Lohn war die Silbermedaille bei der deutschen Hallenmeisterschaft der Juniorinnen.

Bild: Steinemann

# Neue Gelassenheit, alte Stärke

**Bogenschießen:** Bärbel Bös von der SGi Welzheim ist nach einer Auszeit eindrucksvoll bei der DM zurückgekehrt

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
MATHIAS SCHWARDT

**Schießfehler, Druck, Unwohlsein – Bärbel Bös zog die Reißleine.** Über ein Jahr lang nahm die Deutsche Jugendhallenmeisterin und Rekordhalterin eine Auszeit vom Bogenschießen. Im Oktober 2011 kehrte die Rudersbergerin zur SGi Welzheim zurück. Nur sechs Monate darauf holte die 17-Jährige Silber bei der Hallen-DM der Juniorinnen. Der Schlüssel zum Erfolg: Gelassenheit.

„Zack, und oben war ich. Das ging vielleicht alles zu schnell 2009.“ Bärbel Bös zieht die Schultern nach oben. Die Raketenkariere war eben schwierig zu verkraften für die damals erst 14-Jährige. Mit dem Rekord von 566 Ringen war sie Deutsche Hallenmeisterin in der Jugendklasse geworden und hatte zudem mit den Welzheimern Mannschaftsgold gewonnen. Bös wurde in

den Nationalkader berufen und verpasste die WM-Qualifikation um nur einen Ring.

Die junge Rudersbergerin, die erst drei Jahre zuvor mit dem Sport begonnen hatte, kam mit den Erfolgen nicht zurecht. „Ich hatte eine Blockade im Kopf.“ Noch im Jahr 2009 schlich sich ein „extremer Fehler“ ein. Im Training und in Wettkämpfen gingen regelmäßig vereinzelte Schüsse neben die Scheibe. Auch mentale Übungen brachten nichts, die 14-Jährige verkrampfte. „Der Fehler hat mich runtergezogen. Ich hab’ gedacht, das darf nicht sein, du bist im Nationalkader.“

Die Situation habe sie fertiggemacht. „Mir ging’s zum Schluss wirklich schlecht.“ Vor einem Lehrgang mit dem Nationalkader fiel im April 2010 die Entscheidung: Eine Pause muss her. Sofortige Unterstützung bekam Bös von den Landestrainern Manfred Baum und Sandra Sachse. Beide kommen ebenfalls von der SGi Welzheim, Baum ist Vorsitzender des Vereins. Bös sollte eine Auszeit nehmen, der Zeitpunkt der Rückkehr wurde offengelassen. Die Schützin meldete sich aus National- und Landeskader ab. Mit dem Sport ganz aufzuhören, sei aber nie eine Option gewesen.

Die Schülerin genoss die Zeit ohne Bogenschießen. „Ich habe einfach andere Sachen gemacht und war auch viel im Urlaub.“ Der SGi blieb sie zwar treu und verfolgte vor Ort Wettkämpfe der Vereinskollegen in der Bundesliga und bei der DM. Dennoch nahm Bärbel Bös erst im Februar 2011 mal wieder selbst einen Bogen in die Hand. „Da war aber die Motivation noch nicht so da.“

## Wiedereinstieg ohne jeden Erwartungsdruck

Um diese zu wecken, brauchte es einen konkreten Anlass. „Ich hab’ mitgekriegt, dass jemand anderes mit meinem Bogen geschossen hat. Da hab’ ich gedacht: Die haben es wohl abgehakt mit mir - aber aufhören will ich nicht.“ Der Jugendlichen juckte es nun doch wieder in den Fingern. Im Oktober 2011, pünktlich zur Wintersaison, stieg sie wieder ein, ohne Erwartungsdruck.

Doch Talent verlernt man nicht, das zeigte sich in der Liga, bei Bezirks- und Landesmeisterschaften. Im März 2012 holte Bärbel Bös schließlich bei der Hallen-DM Silber bei den Juniorinnen, kürzlich wurde

sie Bezirksmeisterin. Der Fehler beim Schießen sei zwar mal wieder passiert. „Aber jetzt hab’ ich gedacht: egal, weitermachen, nicht überbewerten, nicht reinsteigern. Und siehe da, es ging wieder.“

Bärbel Bös, die im kommenden Jahr Abitur macht, sagt, sie wolle sich den Nationalkader nicht mehr antun und habe auch international keine Ambitionen. „Ich hab’ dazugelernt und bin reifer geworden.“ Das klingt nicht gut für die Konkurrenz.

## Hitzlers Bogen

■ Manfred Baum, Vorsitzender der SGi Welzheim, hat Bärbel Bös zur Feier ihrer Rückkehr einen besonderen Bogen zur Verfügung gestellt. Das gelbe Mittelteil stammt vom Bogen, mit dem die ehemalige Welzheimerin **Anja Hitzler** bei Olympischen Spielen schoss. Hitzler trat 2004 in Athen und 2008 in Peking an. Sie hat der SGi insgesamt vier Mittelteile geschenkt.