

H

Herausziehen (eines Pfeiles)

Entfernung der Pfeile aus der Scheibe

Hohes Handgelenk

Oberkante des Handgelenks in einer Linie mit der Oberkante des Bogenarms; der Druck des Bogens zieht durch die V-Stellung von Daumen und Zeigefinger und die Handknochen ins Handgelenk. Dabei liegt auf der Handgelenkmuskulatur mehr Spannung als bei jeder anderen Handgelenkstellung. In Bezug auf den Bogen: das Ausziehen des Bogens über seine optimale Zuglänge hinaus