

Sport und Meditation

Ariane Knappe (45) lässt beim Bogenteam die Pfeile fliegen

Haben Sie ein ruhiges Händchen?

Ja, aber zum Bogenschießen sollte man nicht nur ein ruhiges Händchen haben.

Sondern auch?

Konzentration. Man muss das Denken abschalten können, sonst fliegt der Pfeil überall hin, nur nicht in die Mitte der Zielscheibe.

Was ist das Besondere am Bogenschießen?

Es ist die Kombination aus Technik und Präzision. Aber auch der meditative Aspekt. Man kommt gut zur Ruhe.

Steht für Sie der sportliche oder der meditative Aspekt im Vordergrund?

Beides. Ich bin aus sportlicher Sicht ambitioniert, aber ich genieße es auch, nach einem Arbeitstag die Pfeile fliegen zu lassen, um 'runterzukommen.

Was machen Sie denn beruflich?

Ich bin kaufmännische Angestellte.

Seit wann sind Sie im Verein?

Seit knapp zwei Jahren. Als ich angefangen habe, war die erste Reaktion meiner Mutter: Och, das ist Sport?

Was ist das Besondere am Bogenteam Cölln?

Der Spaß am Sport steht im Vordergrund. Wir haben ein reges Vereinsleben, pflegen den lockeren Umgang. Jeder wird wertgeschätzt.

Was sind Ihre sportlichen Ziele?

Die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften 2015.

Einen Meistertitel haben Sie ja schon.

Ja. Ich war kein Jahr dabei, da bin ich Bezirksmeister geworden und habe mich für die Landesmeisterschaft qualifiziert.

BOGENTEAM CÖLLN

Der Verein ist **einer von fünf in Köln**, die sich dem Bogensport verschrieben haben. Das Team hat **65 Mitglieder** im Alter von elf bis 78 Jahren. Trainiert wird im Sommer an der Grembergho-

venen Straße 13, im Winter im Kolbe-Haus, Kölner Straße 64. Infos gibt es bei **Christel Freitag** unter Telefon 02203/183 67 04.

 www.bogenteam-coelln.de



Eine ruhige Hand beweist Ariane Knappe am Bogen. (Foto: Denzer)