



## Den Mutigen gehört das Staunen

Ins Zentrum treffen, den Himmel durchqueren... manchmal braucht es nur einen Moment der Entschlossenheit, um etwas ganz Neues zu erleben. Mit Pfeil und Bogen die eigene Mitte finden, mit einem Tandemsprung die Welt loslassen – und spüren, wie das Herz höher schlägt.

### Bogenschiessen – Fokus. Spannung. Treffer!

Bogenschiessen ist mehr als nur ein Sport – es ist das Eintauchen in eine Welt voller Ruhe und Konzentration. Man spürt die Kraft des Bogens, den Moment der Stille vor dem Schuss – und die Freude, wenn der Pfeil ins Zentrum trifft. Ob Einsteiger oder Fortgeschritten: Beim Bogenschiessen kommen Körper und Geist in Einklang. Mit jeder gezielten Bewegung entsteht ein neues Gefühl von Balance und Fokus. Einfach ausprobieren, abschalten – und den Moment geniessen.

In Sempach beginnt dieses Erlebnis: Bei Strelbel Bogensport, dem führenden Anbieter für Bogensport in der Schweiz, kann man das Bogenschiessen unter professioneller Anleitung erlernen oder die eigene Schiesstechnik gezielt verbessern. Erfahrene Trainerinnen und Trainer schaffen ein angenehmes Lernumfeld, das auf trainingswissenschaftlichen und biomechanischen Grundlagen basiert – immer mit Blick auf die individuellen Ziele. Denn nicht jede Person möchte an den Olympischen Spielen teilnehmen – oft steht das persönliche Erleben, das Abschalten vom Alltag oder der Wunsch nach mehr Präzision im Vordergrund. Der Traum vom Bogenschiessen lässt sich leicht erfüllen: Das vielseitige

Kurs- und Schulungsangebot reicht vom Einstieg über gezieltes Techniktraining bis hin zum Einzelcoaching.

Im zweistündigen «Quick-Start», jeweils am ersten Samstag im Monat, erhält man einen unkomplizierten ersten Zugang zur Schiesstechnik mit dem Recurve-Blankbogen (ohne Visier) – und trifft schon bald auf zehn Meter die Zielscheibe. Ab sofort kann man die Indoor- und Outdoor-Anlagen eigenständig nutzen. Im «Schnupperkurs» über drei Kursabende lernt man den Bogensport kennen und übt sich im praktischen Schiessen mit verschiedenen Bogenarten (Longbow, Recurve und Compound). Wer bereits erste Erfahrung hat, kann im «Techniktraining» gezielt an Haltung und Ausführung arbeiten, während im «Training für Fortgeschrittene» sportmotorische und mentale Fertigkeiten weiterentwickelt werden. Ergänzend dazu ermöglichen Privatstunden eine individuelle Begleitung – unabhängig von Bogenart und Trainingsstand.

Schnell wird klar: Bogenschiessen ist nicht nur eine körperliche, sondern auch eine mentale Erfahrung. Es ist eine kraftvolle Metapher für das Setzen und Erreichen von Zielen – und jeder einzelne Schuss kann ein Lernfeld sein, das weit über den Schiesstand hinausreicht.

Vor allem aber macht es eines: Freude. [www.strelbel-bogensport.ch](http://www.strelbel-bogensport.ch)

### Der Traum vom Fliegen

Der Traum vom Fliegen ist so alt wie die Menschheit selbst. Seit Jahrtausenden faszinieren uns Geschichten von Menschen, die der Schwerkraft trotzen und wie Vögel in den Himmel aufsteigen. Heute lässt sich dieser Wunsch ganz real erleben – unmittelbar und sicher: mit einem Fallschirm. Der Moment des Absprungs. Das Gefühl grenzenloser Freiheit. Und der atemberaubende Blick aus der Vogelperspektive – all das macht jeden Sprung zu einem unvergesslichen Erlebnis. Das lautlose Dahingleiten durch die Lüfte berührt Herz und Seele zugleich.

Wer schon immer den ultimativen Adrenalinick im freien Fall erleben wollte, findet bei Skydive Luzern ein professionell geführtes Fallschirmzentrum. In den Händen erfahrener Instruktoren von Skydive Luzern beginnt ein einzigartiges Air-Abenteuer – vom ausführlichen Briefing über die Trockenübungen bis hin zum Sprung selbst. Hoch über Beromünster entfaltet sich das Luzerner Mittelland in seiner ganzen Schönheit – sanfte Hügel, glitzernde Seen und der Himmel zum Greifen nah. Es ist ein Gefühl, das Worte kaum fassen

FOTOS: ©DIANAFRY, ZUG

können. Vielleicht am besten mit den Zeilen von Reinhard Mey: «Über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein.» Alle Ängste, alle Sorgen bleiben am Boden zurück, wenn man hoch oben in der Luft schwebt.

Skydive Luzern bietet zwei Varianten für Wagemutige:

**Tandemsprung** – sicher verbunden mit dem Gurtzeug des Instruktors erlebt man das Abenteuer als Passagier. Der Tandemmaster übernimmt Kontrolle und Führung – vom Freifall bis zur sanften Landung. Keine Vorkenntnisse nötig – dafür pures Glückgefühl mit maximalem Kick.

**Begleiteter Erstsprung** – für alle, die es solo wagen möchten. Mit eigenem Fallschirm springt man aus dem Flugzeug und wird im freien Fall von zwei erfahrenen Skydive-Instruktoren begleitet. Die Steuerung und Landung lie-

gen in der eigenen Hand – eine wunderbare Erfahrung, die noch lange nachhält.

Wer sich also traut, erlebt ein einzigartiges Abenteuer und spürt den Rausch des freien Falls – in höchster Sicherheit und mit unvergesslichen Eindrücken.

Ob als originelle Geschenkidee, unvergesslicher Gruppenausflug oder ganz persönliches, besonderes Erlebnis in der Zentralschweiz – Skydive Luzern bietet schwindelerregend schöne Momente für alle, die die Welt einmal aus der Perspektive des Adlers sehen möchten.

Und wer einmal Flügel verliehen bekam und die Sehnsucht nach dem Himmel nicht mehr loswird, für den beginnt mit dem AFF-Programm (Accelerated Free Fall) der nächste Schritt: die modernste und sicherste Ausbildung zum selbstständigen Fallschirmspringer – für alle, die nicht nur träumen, sondern abheben.

[www.skydive-luzern.ch](http://www.skydive-luzern.ch)

Anzeige



Die Region Sempachersee ist eine von vier Tourismusregionen in der Luzerner Landschaft. Entdecken Sie auch die Regionen Seetal und Willisau sowie die UNESCO Biosphäre Entlebuch.

Weitere Infos unter [www.luzern.com/luzern-land](http://www.luzern.com/luzern-land)

**REGION SEMPACHERSEE**  
**LUZERN**  
+/-

BEWEGEN. ENTDECKEN. GENIESSEN.

**Die App voller Informationen  
für die Bevölkerung und  
die Gäste der Region Sempachersee.**

**Jetzt kostenlos herunterladen**

**Wenn Sie wünschen:  
Zum Homebildschirm hinzufügen.**

(nicht im App-Store zu finden)

**Nicht mehr anzeigen**

**Später erinnern**