



KRUISBOOGSCHIETEN BIJ KRUISBOOGVERENIGING MARNIX

Het kruisboogschieten in Antwerpen is een springlevende traditie die door een enthousiaste gemeenschap beoefend wordt. Als opvolgers van de **schuttersgilden** die zich in de middeleeuwen bezighielden met de ordehandhaving en bescherming van de stad Antwerpen, kennen de kruisboogverenigingen een rijke geschiedenis. Na hun opheffing aan het einde van de 18de eeuw op bevel van de Franse overheerser werden verschillende schuttersverenigingen aan het einde van de 19de eeuw weer heropgericht.

Vandaag de dag worden vijf kruisboogverenigingen overkoepeld door het **Antwerps Kruisboog Verbond vzw**. Alle leden van het AKV moeten ook aangesloten zijn bij de Landelijke Unie der Kruisboogschutters (LUK) en het VLAS. Eén van deze verenigingen is de **Koninklijke Kruisboogvereniging Marnix**, opgericht in 1873. Tijdens hun wekelijkse bijeenkomst schieten ze zoveel mogelijk rozen in een gemoedelijke en vriendschappelijke sfeer. Dit doen ze, gelimiteerd door de infrastructuur, binnen op 6 en 10 meter. Enkel wanneer de temperatuur boven de 13 graden klimt kan er buiten op 20 meter worden geschoten, anders is er kans op materiaalbreuk. Leden die competitief willen schieten kunnen, tijdens wekelijkse wedstrijden, over afstanden van 6, 10 en 20 meter zo goed mogelijk de rozen proberen raken. Dit kan gebeuren binnen het Antwerps Kruisboog Verbond of op nationaal niveau in het NUKB (Nationale Unie Kruisboogschutters van België). Over de verschillende afstanden kunnen de beste schutters strijden om een aantal titels, zoals bijvoorbeeld: Koning 6 meter, Koning 10 meter of Willem Tell 20 meter.

De leden hoeven geen boog aan te kopen aangezien deze door de vereniging worden uitgeleend om te gebruiken. Waar de gemeenschap erg trots op is zijn de bogen die al tientallen jaren oud zijn en door vorige generaties met de hand werden gebouwd. Een sterk staaltje vakmanschap. Herstellingen kunnen door sommige schutters, en met de juiste skills zelf worden uitgevoerd. Voor de modellen van de kruisbogen probeert men zo dicht mogelijk bij die van de 19de eeuw te blijven maar mits reglementering kunnen deze licht worden gemoderniseerd. Een uiterst essentieel onderdeel van de boog is de gek of giek wat het opspanmechanisme is aangezien dit onmogelijk met de hand nauwkeurig kan worden gedaan.

Om haar voortbestaan te verzekeren, zet Marnix actief in op het bereiken van nieuwe leden via verschillende initiatieven. Hoewel mond-tot-mondreclame de meest effectieve manier is, proberen ze met een facebookgroep, website en flyers hun sport uit te dragen en aan een breed publiek te tonen dat er nog steeds gepassioneerd aan kruisboogschieten wordt gedaan. Ook begeeft de vereniging zich vaak buiten hun lokaal door initiaties te geven aan jong en oud en deel te nemen aan lokale en niet zo lokale activiteiten. Vb. zo zijn ze regelmatig aanwezig op evenementen, geven ze initiaties in scholen en is er ook de mogelijkheid voor diverse groepen zoals families of vrienden om te komen schieten.

Het resultaat van deze inspanningen is dat het ledenbestand één van de jongste van België is met een gemiddelde leeftijd van rond de 40 jaar. De leeftijdscategorie loopt hier van 12 tot 80+. De vereniging zet hierbij de deur open voor verjonging en vernieuwing om te blijven groeien. Kinderen kunnen vanaf 12 jaar en op voorwaarde dat ze een boog kunnen hanteren, beginnen met schieten. Jongere kinderen kunnen met aangepast en veilig materiaal van op 4 meter al wat meer vertrouwd geraken met de sport. Op ludieke wijze wordt hier vaak een pop met een appel op het hoofd gebruikt om op te schieten. Voor jongeren van 12 tot 15 jaar biedt Marnix een aangepast lessenpakket aan. Bij Marnix is het aantal mannen en vrouwen ongeveer gelijk. Hoewel in sommige gevallen mannen en vrouwen in aparte klassementen worden onderverdeeld, staat men er bij Marnix voor open om deze tweedeling links te laten liggen en mensen ongeacht hun leeftijd, gender, geslacht of afkomst te beoordelen op basis van hun schutterskwaliteiten. Iedereen is welkom om te komen kruisboogschieten mits ze zich veilig kunnen gedragen tegenover elkaar. Iedereen kan het, oefening baart kunst want jong geleerd is oud gedaan.

Hoewel de regels van het kruisboogschieten doorheen de jaren niet fel veranderd zijn probeert men bij Marnix actief de sport aan te passen zodat ook mensen voor wie dit minder evident lijkt ook kunnen deelnemen. Zo bedacht men een manier om blinden en slechtienden te laten schieten. Dit door de kruisboog op een hangende koord neer te leggen zodat de schutter zich al geen zorgen hoeft te maken over de hoogte van de boog ten opzichte van de roos. Om precies te richten naar de roos komt een begeleider achter de schutter staan om in te fluisteren welke richting deze uit moet met de boog. *“Voor die mensen was dat eigenlijk wel een enorm knappe ervaring dat ze dat toch eens hebben kunnen ervaren, dus ook daar weer probeer ik heel breed te gaan met het uitdragen van de sport en een mogelijkheid te zoeken om iedereen te laten meedoen”, zegt één van de initiatiefnemers. Ook voor mensen voor wie andere sporten fysiek niet vanzelfsprekend zijn kan kruisboogschieten een mogelijkheid bieden om aan sport te doen en competitief te zijn.”*

Naast de pijl, de boog en de giek, is het hoofd van de schutter minstens zo belangrijk. Zoals één van de leden zelf aangeeft: *“Als de schutter niet rustig is dan is er geen enkele mogelijkheid dat je een goede schieting gaat kunnen vervolledigen”*. Volgens een lid van de vereniging kan het helpen om kruisboogschieten te beschouwen als een soort meditatie. Het zou een uitgelezen kans kunnen zijn om tot rust te komen aangezien het belangrijk is voor de schutter om de ademhaling onder controle te houden, een juiste en ontspannen houding aan te nemen en zich volledig te concentreren op zichzelf en het doel.

De boog opspannen om jezelf te ontspannen, is hierbij het motto.

**Deze tekst werd opgesteld in kader van de expo [Martial Arts](#) in het MAS.*

Het kruisboogschieten in Antwerpen is een springlevende traditie die door een enthousiaste gemeenschap beoefend wordt. Als opvolgers van de **schuttersgilden** die zich in de middeleeuwen bezighielden met de ordehandhaving en bescherming van de stad Antwerpen, kennen de kruisboogverenigingen een rijke geschiedenis. Na hun opheffing aan het einde van de 18de eeuw op bevel van de Franse overheerser werden verschillende schuttersverenigingen aan het einde van de 19de eeuw weer heropgericht.

Vandaag de dag worden vijf kruisboogverenigingen overkoepeld door het **Antwerps Kruisboog Verbond vzw**. Alle leden van het AKV moeten ook aangesloten zijn bij de Landelijke Unie der Kruisboogschutters (LUK) en het VLAS. Eén van deze verenigingen is de **Koninklijke Kruisboogvereniging Marnix**, opgericht in 1873.

Tijdens hun **wekelijkse bijeenkomst** schieten ze zoveel mogelijk rozen in een gemoedelijke en vriendschappelijke sfeer. Dit doen ze, gelimiteerd door de infrastructuur, binnen op 6 en 10 meter. Enkel wanneer de temperatuur boven de 13 graden klimt kan er buiten op 20 meter worden geschoten, anders is er kans op materiaalbreuk. Leden die competitief willen schieten kunnen, tijdens wekelijkse wedstrijden, over afstanden van 6, 10 en 20 meter zo goed mogelijk de rozen proberen raken. Dit kan gebeuren binnen het Antwerps Kruisboog Verbond of op nationaal niveau in het NUKB (Nationale Unie Kruisboogschutters van België). Over de verschillende afstanden kunnen de beste schutters strijden om een aantal titels, zoals bijvoorbeeld: **Koning 6 meter, Koning 10 meter of Willem Tell 20 meter**.

De **leden** hoeven geen boog aan te kopen aangezien deze door de vereniging worden uitgeleend om te gebruiken. Waar de gemeenschap erg trots op is zijn de bogen die al tientallen jaren oud zijn en door vorige generaties **met de hand** werden gebouwd. Een sterk staaltje vakmanschap. Herstellingen kunnen door sommige schutters, en met de juiste skills zelf worden uitgevoerd. Voor de modellen van de kruisbogen probeert men zo dicht mogelijk bij die van de 19de eeuw te blijven maar mits reglementering kunnen deze licht worden gemoderniseerd. Een uiterst essentieel onderdeel van de boog is de gek of giek wat het opspanmechanisme is aangezien dit onmogelijk met de hand nauwkeurig kan worden gedaan.

Leden

Om haar voortbestaan te verzekeren, zet Marnix actief in op het bereiken van **nieuwe leden** via verschillende initiatieven. Hoewel mond-tot-mondreclame de meest effectieve manier is, proberen ze met een **Facebookgroep, website en flyers** hun sport uit te dragen en aan een breed publiek te tonen dat er nog steeds gepassioneerd aan kruisboogschieten wordt gedaan. Ook begeeft de vereniging zich vaak buiten hun lokaal door initiaties te geven aan jong en oud en deel te nemen aan lokale en niet zo lokale activiteiten. Vb. zo zijn ze regelmatig aanwezig op evenementen, geven ze initiaties in scholen en is er ook de mogelijkheid voor diverse groepen zoals families of vrienden om te komen schieten.

Het resultaat van deze inspanningen is dat het ledenbestand één van de jongste van België is met een gemiddelde leeftijd van rond de 40 jaar. De leeftijdscategorie loopt hier van 12 tot 80+. De vereniging zet hierbij de deur open voor verjonging en vernieuwing om te blijven groeien. Kinderen kunnen vanaf 12 jaar en op voorwaarde dat ze een boog kunnen hanteren, beginnen met schieten. Jongere kinderen kunnen met aangepast en veilig materiaal van op 4 meter al wat meer vertrouwd geraken met de sport. Op ludieke wijze wordt hier vaak een pop met een appel op het hoofd gebruikt om op te schieten. Voor jongeren van 12 tot 15 jaar biedt Marnix een aangepast lessenpakket aan. Bij Marnix is het aantal mannen en vrouwen ongeveer gelijk. Hoewel in sommige gevallen mannen en vrouwen in aparte klassementen worden onderverdeeld, staat men er bij Marnix voor open om deze tweedeling links te laten liggen en mensen ongeacht hun leeftijd, gender, geslacht of afkomst te beoordelen op basis van hun schutterskwaliteiten. Iedereen is welkom om te komen kruisboogschieten mits ze zich veilig kunnen gedragen tegenover elkaar. Iedereen kan het, oefening baart kunst want jong geleerd is oud gedaan.

Hoewel de regels van het kruisboogschieten doorheen de jaren niet fel veranderd zijn probeert men bij Marnix actief de sport aan te passen zodat ook mensen voor wie dit minder evident lijkt ook kunnen deelnemen. Zo bedacht men een manier om **blinde en slechthziende mensen** te laten schieten. Dit door de kruisboog op een hangende koord neer te leggen zodat de schutter zich al geen zorgen hoeft te maken over de hoogte van de boog ten opzichte van de roos. Om precies te richten naar de roos komt een begeleider achter de schutter staan om in te fluisteren welke richting deze uit moet met de boog. *“Voor die mensen was dat eigenlijk wel een enorm knappe ervaring dat ze dat toch eens hebben kunnen ervaren, dus ook daar weer probeer ik heel breed te gaan met het uitdragen van de sport en een mogelijkheid te zoeken om iedereen te laten meedoen”, zegt één van de initiatiefnemers. Ook voor mensen voor wie andere sporten fysiek niet vanzelfsprekend zijn kan kruisboogschieten een mogelijkheid bieden om aan sport te doen en competitief te zijn.*”

Naast de pijl, de boog en de giek, is **het hoofd** van de schutter minstens zo belangrijk. Zoals één van de leden zelf aangeeft: *“Als de schutter niet rustig is dan is er geen enkele mogelijkheid dat je een goede schieting gaat kunnen vervolledigen”*. Volgens een lid van de vereniging kan het helpen om kruisboogschieten te beschouwen als een soort meditatie. Het zou een uitgelezen kans kunnen zijn om tot rust te komen aangezien het belangrijk is voor de schutter om de ademhaling onder controle te houden, een juiste en ontspannen houding aan te nemen en zich volledig te concentreren op zichzelf en het doel.

De boog opspannen om jezelf te ontspannen, is hierbij het motto.

**Deze beschrijving werd opgesteld in het kader van de expo Martial Arts in het MAS*



INZENDER

Koninklijke Kruisbooggilde Marnix
<http://www.kruisboog-luk.be/md>



LOCATIE

Van Heybeeckstraat 7
2170 Merksem



THEMA

Sport en spel



TREFWOORD

#techniek #vakmanschap