

Ramona Baumgartner,
Mitarbeiterin im Qualitätsmanagement in Sargans

Die Weltmeisterin hat den Bogen raus

«Wie ist es gelaufen an der Weltmeisterschaft in Estland?» «Sehr gut, ich bin Weltmeisterin!».

Mit diesen Worten startete das Gespräch mit Ramona Baumgartner zu diesem Beitrag an ihrem Arbeitsplatz im Ospelt Werk in Sargans. Die wohl zielsicherste Ospelt Mitarbeiterin arbeitet im Qualitätsmanagement und ist seit August 2022 im Verband IFAA die beste Compound Bogenschützin der Welt in der Disziplin Feld/Jagd (Bowhunter Unlimited). Da Bogenschiessen die Stellung einer Randsportart genießt, hatte die Teilnahme an der WM im estnischen Pärnu nichts mit Glamour zu tun. Die Zuschauerzahlen sind übersichtlich, die der Sponsoren leider noch übersichtlicher. Um die Kosten für die Wettkämpfe tief zu halten, fährt Ramona gemeinsam mit ihrem Freund Stefan, selbst ein aktiver Bogenschütze, mit dem

Auto an die Austragungsorte. Das war im Falle Estland nicht anders, die WM wurde zum Roadtrip: Vom Wohnort Tartar in der Nähe von Thusis ging es mit ihrem alten VW Scirocco via Italien, Slowenien, Österreich, Ungarn, Slowakei, Tschechien, Polen, Litauen und Lettland nach Estland. Das Auto war sowohl Stützpunkt als auch Nachtquartier. Aber auch ohne Luxus, Mentaltrainer und

«Ich begeisterte mich für Robin Hood, die Tribute von Panem, Herr der Ringe, Ritter- und Westernfilme. Hauptsache, Pfeil und Bogen spielten eine Rolle.»

Physiotherapeut setzte sich Ramona gegen die Konkurrenz durch. Es winkte der höchste Titel innerhalb ihres Verbands und ihrer Disziplin, den es für Compound Bogenschützen zu gewinnen gibt. «Wir sind leider nicht olympisch», gibt Ramona zu Protokoll.

Wer jetzt denkt, Ramona schießt die Pfeile seit Kindesbeinen, liegt falsch. Weder Vater noch Mutter legten ihr es in die Wiege. Aber da war immer schon ein gewisses Interesse: «Ich begeisterte mich für Robin Hood,

die Tribute von Panem, Herr der Ringe, Ritter- und Westernfilme. Hauptsache, Pfeil und Bogen spielten eine Rolle.» So ist es nicht verwunderlich, dass sie 2018 einem Aufruf folgte, den Bogenschützenclub BSC Glarnerland zu besuchen.



«Die meisten gaben probenhalber 5 bis 6 Pfeile ab. Ich aber war im Tunnel und hörte stundenlang nicht mehr auf, Pfeile auf die Zielscheiben zu schiessen.» Den Verantwortlichen des Clubs ist dabei nicht nur der Eifer aufgefallen. Ramona hat auch auf Anhieb gut getroffen. Sie wurde noch am selben Tag Clubmitglied, trainierte und trainierte, wechselte in die Disziplin Compound und wurde unmittelbar Schweizer Meisterin. Es folgte der Titel Europameisterin und zahlreiche Siegen an grossen und kleinen Turnieren. Sie sei auch deutsche Regionalmeisterin Indoor, kommt ihr irgendwann auch noch in den Sinn.

Ramona hat den Bogen raus.

Weil Talent allein nie ausreicht, trainiert Ramona Baumgartner intensiv. Drei Mal pro Woche findet man sie auf der Anlage des BSC Chur, wo sie jeweils bis zu 2 Stunden trainiert und dabei pro Einheit bis zu 150 Pfeile und mehr abgibt. Darüber hinaus arbeitet sie auf dem Fahrrad und im Schwimmbassin an der Kondition und bereitet sich mental auf die Wettkämpfe vor. Auch das technische Equipment wird gepflegt, weshalb auch Bogen Tuning Teil der Vorbereitungen ist. Die Pfeile, die Ramona benutzt, sind auch nicht mehr ab Stange. Sie erwirbt einzelne Komponenten wie Schaft, Feder, Spitze und Nocke und baut sich ihre passgenauen Sportgeräte in Eigenregie.

Im Bogensport hat Ramona, die in Mühlehorn am Walensee aufgewachsen ist, ihre Erfüllung gefunden. Ganz zu Beginn übte sie noch mit klassischen Bogen, wie sie jeder kennt. Schliesslich ging sie zum olympischen Recurve Bogen über, die schon deutlich technischer anmuten. So richtig angekommen war sie schliesslich beim Compound Bogen, der sich vom herkömmlichen deutlich unterscheidet. An diesen Bogen sind Umlenkrollen angebracht, über welche die Sehne läuft. Durch die Wirkung des Hebelgesetzes wird die Kraft auf den Pfeil deutlich erhöht, weshalb diese Bogen auch für die Jagd benutzt werden. Das Thema Jagd fasziniert Ramona, wobei die Ausübung in der Schweiz mit Bogen nicht erlaubt ist. Eine Einladung ins Ausland liegt aber bereits vor.

Zu guter Letzt sei noch angemerkt, dass Ramona nicht nur Schweizermeisterin, Europa- und Weltmeisterin mit dem Compound Bogen ist, sie ist auch mehrfache Schweizermeisterin in allen Bogendisziplinen: 3D, Feld/Jagd und Indoor. Ramona hat den Bogen raus.

