

Erste Versuche Gewehr 50m

Die ersten Schiess-Versuche im Gewehr 50m Bereich sind gemacht. Die Jugendlichen, welche in den zwei Kursen, aufgeteilt in Einsteiger und Fortgeschrittene, ausgebildet werden, sind begeistert und motiviert.

VON STEVEN BLEULER

Im Nachwuchskurs für Einsteiger wurde in den ersten Trainings die Infrastruktur gezeigt, die Sicherheitsvorschriften erläutert sowie die gängigen Kursregeln bekanntgegeben. Es ist enorm wichtig, den Jugendlichen von Anfang an die Regeln und Grenzen aufzuzeigen, so erspart man sich für später zum Teil viel Ärger. Nach Bekanntgabe der Kursziele und der Vorstellung des Leisterams konnten die jugendlichen Einsteiger das erste Mal hinter das Gewehr liegen, sich mit dem Sportgerät vertraut machen und die ersten Trockenschüsse und später scharfe Schüsse absolvieren.

Im Nachwuchskurs für Fortgeschrittene mussten die Schützen ihre alte Stellung wie-

derfinden. Einige wuchsen im Winter ein paar Zentimeter. So müssen Einstellungsänderungen am Gewehr und Riemen vorgenommen werden, damit die Stellung wieder optimal wird. Nachdem die Stellung gefunden war, wurde bereits mit einer Standortbestimmung angefangen. Für die erfahrenen Schützen war dies kein Problem, da die meisten während dem Winter im Gewehr 10m Bereich trainiert haben, konnten sie schnell auf die Leistungen vom Vorjahr zurückgreifen.

Im April nahmen diverse Vereinsschützen bereits an den ersten Wettkämpfen teil. Darunter der Eröffnungsmatch Gewehr 50m SVBB sowie die Absolvierung der ersten Heimrunde für die Gruppenmeisterschaft SSV und/oder SVBB.

Im Mai werden wir im Bereich der Einsteiger mit den ersten Theorielektionen beginnen. Darunter fallen die Vermittlung des Kernmodells des Schiesssportes sowie der Stufen der Schussabgabe. Dazu wird es an polysportiven Übungen, zur Abwechslung, nicht fehlen.

Die Fortgeschrittenen werden sich vermehrt um die Kernbewegungen (Halten, Einsetzen, Optimieren und Kontrollieren/Reagieren) kümmern. Dazu werden sie praktisch in jedem Training mit einem kleineren oder grösseren Wettkampf konfrontiert. ●

Trainingseinheiten im Mai

Einsteiger:

- Kondition: Polysportive Übungen werden gemacht
- Kernelemente werden aufgezeigt und erklärt
- Materialkunde (Gewehr und Kleidung)

Fortgeschrittene:

- Gezielte Wettkampfvorbereitung
- Kernbewegungen repetieren und anwenden
- Analyse der ersten Wettkampferfahrungen inkl. Verbesserungsvorschläge



Auch mit fester Unterlage braucht es eine perfekte Stellung.