

Bezirkstraining: Klagenfurt/ April 2016



Silvia Stultschnig, Autorin
Bezirkssportleiterin

Weitere beherrzte, innovative Akzentsetzung im Trainingsbereich der KK-Sportschützinnen und Sportschützen. Der Bezirk Klagenfurt investiert in die Zukunft ALL SEINER Athleten. Er vertraut, ja vielmehr setzt darauf, dass augenblicklich noch „ROOKIES“ egal welchen Alters zukünftig ganz GROSZ rauskommen!

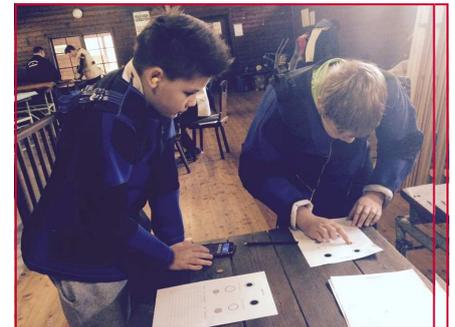


Unter dem Motto: „Wenn du wirklich willst, eifrig trainierst, kannst Du alles erreichen - Gemeinsam in eine erfolgreiche Zukunft!“, fand diesen Mai zum wiederholten Mal durch meine Initiative, Sportleiterin Silvia Stultschnig, ein für alle KK-Schützen und Schützinnen des Bezirks zugängliches, offenes Training statt. Als Partner zur Durchführung ist es mir auch dieses Jahr wiederum gelungen, das speziell in dieser Sportart bereits erfahrene und erfolgreich tätige Institut **gs-innovations**, welches unter anderen auch bereits erfolgreich die österreichischen Topschützen unterstützt, zu gewinnen. Mit ein wenig Verhandlungsgeschick meinerseits und gegenseitigem Good Will, konnten die Kosten für jede Schützin/ jeden Schützen/ Verein im absolut erschwinglichen Bereich gehalten werden zumal diesmal der Bezirksschützenbund

entwickelten Schützinnen und Schützen sowie Hobbyschützen, war alles vertreten.

Doch hier konnte man abermals die Klasse der betreuenden Trainerin erkennen. Durch gezielte individuelle Betreuung, konkrete, spezifische, zielgerichtete, kurze aber prägnante Artikulation, lief das Training trotz des Feldes an Teilnehmern, ruhig, geordnet ab. Jeder Teilnehmer war zu jeder Zeit voll beschäftigt. Zu meinem großen Erstaunen ergaben sich keinerlei Stehzeiten. Das Schwergewicht lag diesmal auf den Punkten (i) Entwicklung/ Weiterentwicklung der Schuss Technik,

der Wissensvermittlung. Der nun schon erprobte Ansatz des PBL stellte sich wie-



derum als äußerst befruchtend für die durchwegs jugendlichen Athleten, selbst bei den Rookies heraus.

Nicht vergessen wurde, wie wesentlich



(ii) Körperwahrnehmung, (iii) Technik des Sportgerätes, (iv) sicherheitsbedachter Umgang mit dem Sportgerät und (v) Regelkunde ISSF/ÖSCHO. Aufbauend auf dem augenblicklichen Leistungsvermögen wurden so dann die einzelnen Inhalte individuell auf die Athleten abgestimmt.

Klagenfurt einen Teil der Kosten übernahm.

Als Austragungsort wurde die Schießstätte des RSV Ferlach gewählt. Mit Unterstützung der engagierten Vereinsleitung fanden sich ideale Trainingsbedingungen.

Betrachten wir das eigentliche Training nun genauer, so lässt sich dieses aus unterschiedlicher Sichtweise kategorisieren. Die größte Herausforderung dieses Jahr stellte im Wesentlichen die Inhomogenität der Teilnehmer dar. Vom Anfänger - wie das klingt, wollen fortan besser von unseren „Rookies“ sprechen - bis hin zu bereits in relevanten Teilbereichen gut

Um unseren Athleten die Wichtigkeit des optimalen Zusammenwirkens von Mensch und Technik, sowie damit verbunden des sorgsamem Umgangs und des Wartungsbedarfs ihres KK-Gewehres bewusst zu machen, wurden die Möglichkeiten aufgezeigt wie die Qualität des KK-Gewehres kontrolliert werden kann. Jeder Schütze führte diese Analyse selbst durch.

Durch diese Analyse lernte jeder Schütze und jede Schützin die Individualität seines/ ihres eigenen Sportgerätes genauer kennen.

Erfrischend die angewandte Methodik

ein optimaler Allgemeinzustand eines Sportschützen ist. Aufgezeigt wurde des Weiteren wie schnell und einfach mittels Leistungstests der Individualzustand der Athleten bestimmt werden kann. Dazu fand ein eigens entwickeltes internetbasiertes Programm Anwendung.

Zahlreiche praktische Tests wie z.B. die Ermittlung der optimalen Ringkorngröße wurden durchgeführt.

Ich bin überzeugt, dass wir damit einen weiteren richtungsweisenden Schritt in eine erfolgreiche Zukunft gesetzt haben.

Eine Fortführung ist bereits in Planung. Ich hoffe, dass es mir wiederum gelingen wird, ein breites Publikum anzusprechen. Die Teilnehmerzahl und das positive Feedback haben mich in diesem meinem Vorhaben bestätigt und bestärkt.