

FREIWILLIGER SCHULSPORT KADETTEN MURTEN / HEUTE: SCHIESSEN

# Sportliches Schiessen zählt

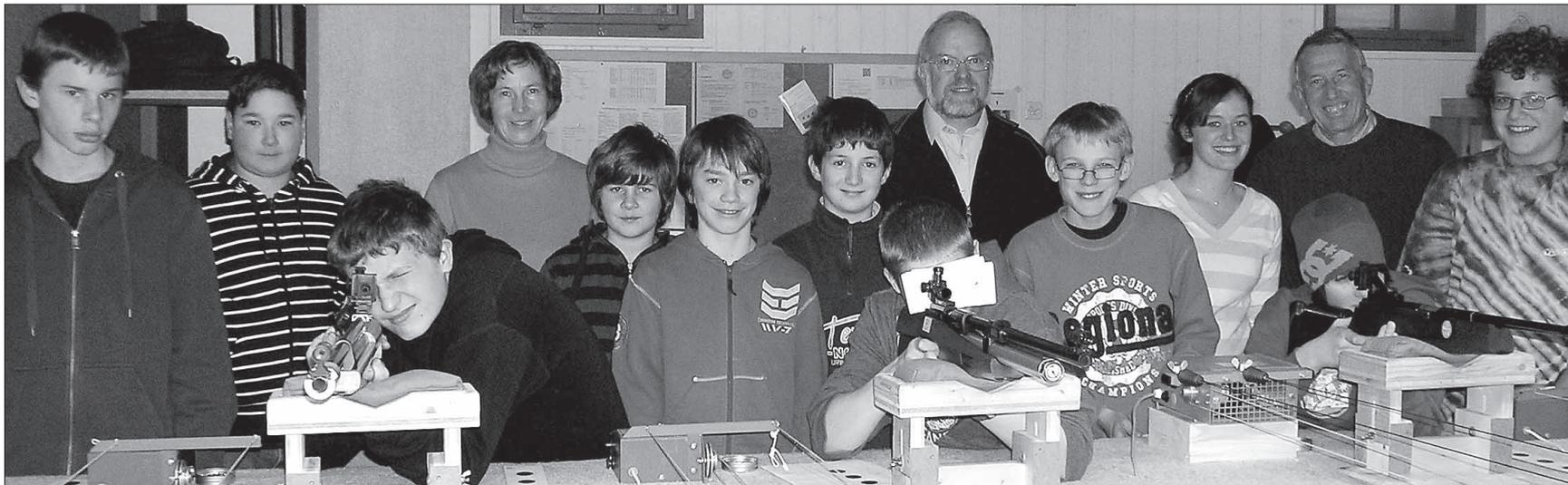
*Murten / Während sie ihr Gewehr laden und die 10 Meter entfernte Zielscheibe anvisieren, sind die Jugendlichen ruhig und konzentriert. Sie gehören zu jenen Jungen und Mädchen, die im Rahmen des Kadettenschulsports «Schiessen» wählten. «Der Murtenbieter» besuchte sie und startete den Selbstversuch.*

23 Kinder und Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren haben sich für das freiwillige Sportfach Schiessen angemeldet.

Martin Trüssel, Instruktor, J+S Leiter und selber Schütze, steht den Kindern und zwei Leitern zur Seite. Im Januar, Februar und März wird im Schiesskeller (alte Turnhalle) auf eine Distanz von 10 Meter geschossen. Ab Ende April wird das Schiessen nach draussen auf die Schiessanlage Jägerstein in Galmiz verlegt. Dort wird auf eine Distanz von 50 Meter trainiert.

## Die Ausrüstung

Den Jugendlichen stehen in der 10-Meter Anlage sieben Luftgewehre zur Verfügung. Zwei sind mit Pressluftkartuschen ausgerüstet, die anderen werden von Hand gespannt. Martin Trüssel: «Wir Sportschützen sprechen bei einem Luftgewehr oder KK-Gewehr nicht von einer Waffe, sondern von einem Sportgerät.» Die Munition hat einen Durchmesser von 4,5 mm. Diese wird mittels Pressluft auf das 0,5 mm Durchmesser grosse Ziel geschossen. Beim Schiessen gibt es drei verschiedene Stellungen: kniend, liegend und stehend. Die beiden letzteren Stellungen werden beim Kadettensport Schiessen geübt. Die Stehende im Schiesskeller auf 10 Meter sowie die Liegende in Galmiz auf 50 Meter werden in der Regel aufgelegt ausgeführt, d.h. das Gewehr wird abgestützt. Für die Jugendlichen ist es spannender diese Stellungen auch mal frei, d.h. ohne Stütze auszuführen. Das können sie üben und die freie Stellung für die Kadettentage wählen. «Die meisten nehmen die Herausforderung an und versuchen es frei», sagt Martin Trüssel.



Die Jungschützen mit ihren Betreuern.



Nur das perfekte Zusammenspiel aus präzisen Zielen, richtiger Haltung und Atmung führen zu einem sauberen Schuss.

## Die Trainer und ihre Aufgaben

Die beiden Schiessleiter René Ith und Agi Herren unterstützen die Kinder und Jugendlichen tatkräftig. Sie vermitteln das Gedankengut «Waffe» und «Schiessen» als Sport. Martin Trüssel ist der Begriff des «sportlichen Schiessens» sehr wichtig. «Es zählt das sportliche Schiessen. Man sollte nicht mit der falschen Motivation herkommen und schiessen.»

Die Leiter beginnen die Ausbildung mit einem Theorieblock. Dazu führen sie die Teilnehmer in die Garderobe, damit keiner abgelenkt wird. Bei der Theorie bringen die Leiter den Neu-

schützen bei, wie sie sich im Schiesskeller richtig zu verhalten haben, damit die Sicherheit jedes Einzelnen gewährleistet ist. Ausserdem lernen sie die Handhabung des Luftgewehrs kennen, wie es z.B. gehalten, geladen und wie gezielt wird. Im Schiesskeller angekommen gilt: Auf dem Teppich, wo die Sportgeräte liegen und geschossen wird, dürfen nur die Schützen und die Leiter stehen. Eine der ersten Übungen besteht darin, so oft es geht den Druckpunkt, d.h. den Widerstand der Abzugsvorrichtung zu finden. Dies geschieht mittels leichten Drückens des Zeigefingers am Abzug – gar nicht so leicht. Auch die Besucherin-

nen des Murtenbieters hatten anfänglich Schwierigkeiten diesen Punkt zu finden. Diese Übung vermittelt dem Laien ein Gefühl für das Schiessen. Dies verlangt sehr viel Feinmotorik und Fingerspitzengefühl, ausserdem benötigt jeder Schuss höchste Konzentration und Körperbeherrschung. Ein sauberer Schuss kann nur entstehen, wenn die Atem-, Ziel- und Abzugstechnik optimal miteinander interagieren und der Anschlag sicher ist. Erst muss der Schütze stabil stehen und die Waffe richtig halten. Im zweiten Vorgang wird gezielt, danach unmittelbar vor dem Schuss hält der Schütze die Luft an. Während des

Schiessvorgangs ist man so konzentriert, dass die äusseren Einflüsse fast völlig ausgeblendet werden. Nur das eigene Atmen und das Ziel werden wahrgenommen. Beim Schiessen gibt es verschiedene Programme, die der Teilnehmer durchlaufen kann. Die Jugendlichen haben 5 – 10 Probeschüsse und danach z.B. 10 – 15 Schüsse je nach Programm.

## Nachgefragt

Die 15-jährige Melanie hat sichtlich Spass am Schiessen. Sie ist eines der drei Mädchen ihrer Gruppe, denn Frauen sind im Schiesssport keine Seltenheit. «Ich war schon immer daran interessiert. Ich habe zwei ältere Brüder und mein Vater ist Jäger.» Das Angebot des Kadettensports zu schiessen hielt sie für eine gute Gelegenheit. Ausserdem schätzt sie die Unterstützung der Leiter. Daniel ist 13 und hat ebenfalls viel Freude am Schiessen. «Mein grosser Bruder hat das auch schon gemacht.» Die 10, die Mitte der Zielscheibe, hat Daniel auch schon getroffen.

Der 14-jährige Michael erzählt: «Mein Vater hat gesagt, ich soll einen Sport machen, also hab ich hier mit Schiessen angefangen.» Freude hat der Jugendliche nun doch trotz «Zwang». «GUT SCHUSS»

Alyssa Theisen