

Gemeinsames Wochenende der Schützenjugend

Vom 27.05. bis 29.05.2022 hat sich die Trainingsgruppe 10,9 in Kirchasch getroffen um ein gemeinsames Training abzuhalten. Los ging es am Freitag um 15 Uhr mit Aufwärm- und Dehnübungen, die jeden Tag den Auftakt des Trainings bildeten. Nach den theoretischen Einheiten im Kniend- und Liegendanschlag, wurde die Theorie in die Praxis umgesetzt. Das Talent der jungen



Schützen zeigte sich nicht nur am Schießstand sondern auch bei der Zubereitung von dem gemeinsamen Abendessen. Danach hatten wir einen schönen und lustigen Spieleabend. Zu später Stunde wurde das Nachtlager aufgeschlagen. Nach einer etwas unruhigen Nacht blieb die Motivation am zweiten Tag jedoch ungebrochen. Noch vor dem Frühstück, stand der Stehendanschlag in Theorie und praktischen Schießübungen auf dem Programm. Anschließend wurde gemeinsam ein Gourmet-Frühstück zubereitet. Zum Abschluss des Vormittags ging man auf den

Einfluss des Mentaltrainings im Schießsport ein. Ein Video verdeutlichte beeindruckend was durch Mentaltraining möglich ist. Am Nachmittag folgte als Highlight ein Ausflug nach Dorfen in den Escape-Room, hier war Teamwork gefordert um Lösungen zu finden. Weiter ging es zum Eisessen nach Erding. Mit einem 100 Schuss-Programm am späten Nachmittag ließ man das Schießtraining „ausklingen“. Der dritte Tag wurde genutzt, um mit einer Schießeinheit, das am Vortag besprochene Mentaltraining praktisch umzusetzen. Beim Schießspiel „Schütze ärgere dich nicht“ ärgerten sich zwar viele von den jungen Schützen, dennoch packte alle der Ehrgeiz um den



anderen eins auszuwischen. Die letzte Schießeinheit bezog sich auf den schwächsten Anschlag jedes Einzelnen, dabei wurden wichtige Punkte nochmals herausgehoben. Mit einem gemeinsamen Pizzaessen und der Preisverteilung des täglich stattgefundenen Herausforderungswettkampfes, dabei fordert man einen Gegner heraus um dessen Position zu erlangen, endete das Trainingslager.

Fazit: Es waren drei anstrengende Tage, bei denen auch viel gelacht wurde (Stichwort Dehnübungen mit

grazilen Verrenkungen), und der Spaß fester Bestandteil war. Nach den vielen Corona Beschränkungen konnte man spüren, dass die Jugendlichen die gemeinsamen Tage in der Gruppe genossen haben.

Vielen Dank an den Schützenverein Treu Bayern Kirchasch die uns neben dem Schießstand auch alle anderen Räume zu Verfügung gestellt haben, so dass wir gut untergebracht und versorgt waren.

Bilder – Escape-Room-1, P1150201, P1150208