

Trainingstag vom Sa 11.05.2019

Gutgelaunt und neugierig auf das was da kommen möge, sind 53 Nachwuchsschützen und 13 Trainer zum Trainingstag in der Grunau Rapperswil erschienen. Teilgenommen haben wieder erwarten nicht alle Vereine die Nachwuchs ausbilden. Die Gründe warum sich Vereine, Trainer wie Nachwuchsschützen solche Gelegenheiten entgehen lassen, sind schnell gefunden. Es sind dies zur Hauptsache Desinteressen, sowie Unwissenheit und Ignoranz der angenommenen Aufgabe. Nur wer will es ihnen verdenken. Wissen doch vermutlich 95% der Schützen heute noch nicht, was man über Schiessen und Schiesstechnik alles lernen kann. Genau so wie sie nicht wissen was man mit gezielter Umsetzung alles erreichen kann.

Für die Teilnehmenden Nachwuchsschützen, wie auch Nachwuchstrainer, wurde ein Abwechslungs- und Lehrreiches Programm geboten.

Mit Florian Zogg und Roland Gyger, fünf weiteren Schiesstrainern und Luzia Werner als Mentaltrainerin, standen dem RSV See-Gaster lauter hervorragende Ausbildner zur Verfügung. Während des Morgens wurden die Nachwuchsschützen geschult in Stellungsaufbau, Atemtechnik, Zielen, Auslösen und Mentaltraining. Den Nachwuchstrainern wurde vermittelt wie der Nachwuchs zu schulen ist und wie der Nachwuchs schiessen sollte.

Nach dem Mittagessen wurde das am Morgen erlernte in die Praxis umgesetzt. Die Nachwuchsschützen versuchten ihre Erkenntnisse des Morgens in Resultate umzusetzen und die anwesenden Betreuer funktionierten als Trainer. Damit sich nicht alle gemeinsam im Schiessstand aufhalten mussten, durfte sich die Hälfte mit einem Quiz beschäftigen, zusammengestellt von Hermann Holinger und Deborah Hämmerli.

Alles in allem war der Trainingstag ein rundum gelungener, eindrücklicher und sehr lehrreicher Anlass.



Ich darf mich im Namen des RSV See-Gaster bedanken.

Beim SG KSV für das kostenlose zur Verfügung stellen der Schiesslehrer, bei Florian Zogg für die Programm Zusammenstellung, sowie allen Schiesslehrern für ihren Einsatz.

Luzia Werner für die Einblicke ins Mentale Training und Wissen. Hermann Holinger und Deborah Hämmerli für das Quiz. Remo Büchler für das feine Mittagessen. Manuel Mazenauer und den Stadtschützen Rapperswil für die Bewirtung, die Unterstützung und das kostenlose zur Verfügung stellen der Anlage.

Nachwuchschef RSV See-Gaster

Josef Hämmerli