Trainingslager 08.-10.08.2014

1 Bericht

Von Freitag 08. Bis Sonntag 10. August fand in Kappl das erste Mal ein mehrtätiges Trainingslager statt. Die jungen Sportler zwischen 10 und 16 Jahren waren höchst motiviert und freuten sich schon sehr auf die Veranstaltung.

Bereits am Freitag wurde mit einem Mini-Wettkampf gestartet, um einen Eindruck von der jungen Truppe zu erhalten. Wie auch an den Folgeabenden wurde gemeinsam gegessen und die Zeit bis zur Nachtruhe mit lustigen Spielen und einem Filmabend verbracht.

Alle Nachwuchsschützen konnten ihre Ziele klar formulieren und wollten viel lernen. Die Tage gestalteten wir mit Schwimmen, Wandern, Spielen, Mentaltraining und natürlich Schießtraining. Wir versuchten ein möglichst abwechslungsreiches Programm auf die Beine zu stellen, um den jungen Talenten zu zeigen, dass die Tagesgestaltung einen großen Einfluss auf ihr Training und ihre Ergebnisse hat. Jeder Einzelne war bereit alles mitzumachen und so stellten sich auch einige der Mutprobe am Samstagabend eine Gesangsshow einzulegen – was ein voller Erfolg wurde und definitiv für Unterhaltung sorgte!

Das Training bestand nicht nur aus dem üblichen Schießtraining, sondern wurde mit einigen Spielen und Herausforderungen aufgepeppt. Auch außerhalb des Wettkampftrainings wollten wir viel Wissen vermitteln. Deshalb wurde ein Beitrag über die Wirkung von Sport auf den Körper, und grundlegende Dinge bezüglich Gesundheit und Fitness von einem angehenden Arzt vorgetragen. Antworten auf Fragen rund um die Richtlinien und Vorschriften wurden bei Barbara Kathrein als Kampfrichterin gefunden. Durch den Überraschungsbesuch von Kaderathletin Viktoria Müller, konnten die Schützen erfahren wie ein Training als Kaderathletin abläuft, wie internationale Wettkämpfe ablaufen, welche Vorteile es hat, und wie man am besten dorthin kommt. Auch das gemeinsame Training mit ihr sorgte für das eine oder andere erstaunte Gesicht.

Die Betreuer stellten sich aus einem sehr jungen Team zusammen, die fast alle selbst Schützen sind. Somit konnte den Jugendlichen jeder mit Rat und Tat zur Seite stehen. Die 3 Tage waren ein voller Erfolg, nicht nur für die Schützen, sondern auch für die Betreuer. Es hat allen großen Spaß gemacht mit einer so jungen und motivierten Gruppe zu arbeiten und sein Wissen weiterzugeben. Vor allem lag es uns an einer funktionierenden Gruppendynamik, Spaß an der Sache und einem Training das Lust zum Schießen macht.

Bei einem Feedback-Plakat der Kinder wurde nicht an Kommentaren gespart. Jedem gefiel etwas anderes besser, somit konnten wir jede einzelne Aktivität als Erfolg verbuchen und beim

Nächsten Mal wieder mit einplanen. Vom Kuchenessen bis hin zu ruhigen Mentaleinheiten wurde alles aufgeschrieben.

Ich persönlich kann dazu nur sagen: Bitte wieder! Jeder konnte etwas für sich selbst mitnehmen, jeder ist seinem Ziel ein Stück näher gekommen und alle hatten großen Spaß. Die Zukunft liegt bei den Jugendlichen, und ich würde Nichts lieber tun als ihnen dabei unter die Arme zu greifen – vor allem wenn es sich um so motivierte Talente handelt. Ein großes Dankeschön auch an die Schützengilde Kappl für das zur Verfügung stellen des Schießstandes, und an den Bezirksschützenbund Landeck, ohne dessen finanzielle Unterstützung das Projekt nicht stattfinden hätte können. DANKE!