

Schützenbezirk 11 Koblenz e.V. im Rheinischen Schützenbund e.V. 1872



Luftpistolenlehrgang mit Margit Höller

Rott-Wied/Bezirk 11 Koblenz e.V.

Die Pistolenschützin Susanne Mathes (Neuwieder SG) organisierte zusammen mit der ehemaligen Landestrainerin des RSB, Margit Höller, einen Lehrgang für die Frauen.

Der Lehrgang, rund um das Luftpistolenschießen, wurde im Schützenhaus bei dem SSV Rott-Wied durchgeführt. Es nahmen 9 Frauen und ein „Quotenmann“ teil.

Am Samstag früh ging es dann mit der Begrüßung und Vorstellung von Margit Höller im Vereinsheim los. Margit Höller vermittelte ausführlich mit ihrer verständlichen Art den Teilnehmern den Aufbau des Schusses mit der Luftpistole. Nach der ca. einstündigen Theorie ging es dann auf den Schießstand zum praktischen Teil über.

Auf der modernen, elektronischen Schießanlage konnten die Ergebnisse am Bildschirm sofort analysiert werden. Margit Höller ging beim Training individuell auf jede Schützin, und auch auf den männlichen Schützen, ein. Es waren einige erfahrene Schützinnen aber auch Neulinge mit dabei.

Es wurde auf Technikscheiben, dem schwarzen Balken, geschossen. Die Atmung, Einfach- und Doppelatmung, wurde thematisiert und auch das Zielen mit geschlossenen Augen sorgte für manche Teilnehmerin zu einer Überraschung. Auch das Benennen der Schüsse war eine der vielen Aufgaben in diesem Training. Es wurde sehr harmonisch im Team gearbeitet. Einige Trainingsaufgaben wurden zusammen mit der Nachbarsschützin ausgearbeitet.

Nach der Mittagspause gab es noch etwas theoretischen Lernstoff. Der Nachmittag wurde noch mit verschiedenen Aufwärmübungen gestaltet. Anschließend konnte in der Schießhalle nochmal zu verschiedenen Aufgaben geübt werden.

Ein langer, anstrengender aber doch sehr informativer und aufschlussreicher Tag ging zu Ende. Die Lehrgangsteilnehmer waren mit Begeisterung dabei und erstreben einen weiteren Lehrgang im nächsten Jahr.



___v.l.n.r.: Susanne Mathes, Astrid Au, Petra Schmerling, Jörg Hillenbach, Isha Meinertz,
Carmen Seul und Julia Christmann
Vorne v.l.n.r.: Margit Höller, Sabrina Newton, Nadine Groh und Marion Rohen



Fotos: Nadine Groh