



Die Kleinkaliber-Schützen geben in dieser Szene liegend ihre Trainingsschüsse ab.



Gesunde Ernährung ist auch bei den Pausen im Trainingslager wichtig.

FOTOS: KUHLEMANN

„Schießen ist ein Konzentrationssport“

Dreitägiges Trainingslager des SV Barfelde im Alfelder Schützenhaus – mit Gästen

Alfeld – Nicht nur die Fußballer, Handballer, Leichtathleten, Tischtennisspieler und viele andere Sportler bereiten sich auf die neue Saison vor, sondern auch die Schützen. Bereits zum dritten Mal sind Mitglieder des SV Barfelde und ihre Gäste aus benachbarten Vereinen im Bereich des NSSV (Niedersächsischer Sportschützenverband) in das Alfelder Schützenhaus ausgewichen, um die in großer Zahl vorhandenen Kleinkaliber- und Luftgewehrstände zum Grundlagen- und Wettkampfttraining nutzen zu können.

Das verantwortliche Trainerteam setzt sich wieder aus Corinna und Uwe Klingebiel vom SV Barfelde zusammen, unterstützt von Verbandsjugendleiter Gerhard Wolff aus Alfeld und Klaus Rittau, Jugendleiter und 2. Vorsitzender bei der SG Wülfel. Die Übungsleiter geben den Nachwuchssportlern wertvolle Tipps, etwa beim Üben verschiedener Anschlagarten. Darüber hinaus ist das Trainerteam auch bei der Gestaltung des Tagesablaufs tonangebend: Zwischen den Übungseinheiten benötigen die jungen Schützen, unter denen viele einem Stützpunkt oder dem Landeskader ange-



Uwe Klingebiel gibt in der Einzelberatung wertvolle Tipps – in diesem Fall an Ali Hasan (l.), der einen Luftgewehr-Schuss „verrissen“ hat. Hasan schießt für den Verbandsligisten VfV Hannover.

hören, entsprechende Pausen. Die werden zum Ausruhen, aber auch zur Geselligkeit genutzt (Zitat von Klaus Rittau: „Das Zusammengehörigkeitsgefühl wird gestärkt“), beispielsweise zu verschiedenen Spielen. Ein Abend wurde für einen Ausflug nach Gronau genutzt, um in einem Lokal gemeinsam zu kegeln. „Schießen ist ein Konzentrations-

sport, das ist anstrengender, als viele Unbeteiligte denken“, erklärt Uwe Klingebiel, warum die Pausen für die engagierten Sportler so wichtig sind. Auch die Ernährung spielt für die jungen Schützen eine große Rolle, so gibt es zum Mittagessen beispielsweise Spaghetti Bolognese oder Salat und für die Snacks

zwischen durch gestiftetes Gemüse und gesundes Obst, dazu Mineralwasser und Fruchttete. „Das Trainingslager ist wichtig für die Vorbereitung auf die nächsten Wettkämpfe“, weist Uwe Klingebiel auf die anstehenden Wettbewerbe mit dem Luftgewehr (ab Ende Februar) und mit dem Kleinkaliber (Kreismeisterschaften im März) hin. Daher nutzen nicht

nur Mitglieder des SV Barfelde die Aktion, sondern auch befreundete Vereine, mit denen die Barfelder gemeinsam bei Wettbewerben antreten.

Die zwölf Schützen trainieren im überdachten Außenbereich (Kleinkaliber auf 50 Meter Entfernung) und im beheizten Innenraum des Schützenhauses (Luftgewehr auf zehn Meter Entfernung).

„Die geringe Teilnehmerzahl ist gut, sie garantiert eine intensive Betreuung“, sieht Klingebiel bei den Schülern und Junioren, die zum wiederholten Male dabei sind, eine Verbesserung. „Die Hälfte der Teilnehmer hätte das Zeug, mindestens in der 2. Bundesliga zu schießen“, ist der Coach vom Potenzial der Teilnehmer überzeugt.



Gesprächsrunde nach dem praktischen Teil (v.l.): Gerhard Wolff (Verbandsjugendleiter), Lea Wichmann (Schützin des KKS Nordstemmen/Verbandsoberriga), Corinna Klingebiel, Uwe Klingebiel (beide vom SV Barfelde) und Klaus Rittau (SG Wülfel).

rk