

TRAININGSLAGER 2008

Ganze 23 junge Schützen und Schützinnen konnten sich dieses Jahr dafür begeistern, einer Woche lang ihrem Lieblingssport dem Bogenschießen nachzugehen, und dabei viele neue Dinge zu lernen. Das Trainingslager fand traditionellerweise im Unionsportzentrum Niederöblarn von 16-21 März statt. Am Sonntag trafen alle Schützen ein, und verstauten ihre Sachen auf den Zimmern. Die erste Besprechung folgte, um den SchützInnen das Programm und den Trainingslagerverlauf vorzustellen. Am Abend konnten sich die Jugendlichen dann im Turnsaal sportlich betätigen. Alle komplett geschafft gingen dann um 22:00 Uhr auf ihre Zimmer, um am nächsten Tag ausgeschlafen zu sein.

Das Frühstück gab es immer um halb neun. Es folgte dann um etwa neun die Tagesplanung. Anfangs zeichneten sich die Schützen nicht gerade durch Pünktlichkeit aus, dies wurde dann mit der Zeit jedoch besser. Nach den Besprechungen am Vormittag kam dann der erste Trainingsdurchgang, welcher immer zuvor mit breit gefächerten Aufwärmübungen eingeleitet wurde. Schon ab dem ersten Tag war die Videokamera von unserem Lehrwart Peter Friedl dabei, der uns bei unseren Schüssen filmte, um uns das Video dann später am Abend zu zeigen und zu analysieren. Beinahe jeden Tag fand eine kleine Meisterschaft statt, in der wir zuerst eine Qualifikation, und dann KO-Runden schossen. Hier wurde trainiert unter höchstem Druck zu schießen, denn die Finalrunden wurden im Ping-Pong System ausgetragen, und die erzielten Ringe über ein Fernglas angesagt. Ebenso wurde die Technik trainiert, welche wir mit Blindschießen zu verbessern versuchten. Auch ein kurzer Einblick in das 3-D schießen wurde ermöglicht. Weiters besprochen wir etwas das Mentaltraining und die Grundlagen für das Bogentuning. Wie jedes Jahr fand auch heuer wieder das große Osterhasenschießen statt, bei dem wir auf Holzblättchen schossen, wo ein Schokohase befestigt war. Wurde das Blättchen getroffen, fiel der Hase und konnte verzehrt werden. Alles in allem konnten wir alle Technik und Schussstil stark verbessern.

In unserer Freizeit, die wir vor Allem am Abend hatten, betrieben wir Sport, oder spielten Spiele. Auch Peter hatte etwas für unsere Freizeit parat, denn er zeigte uns einige Filme und Videos von den besten Schützen der Welt.

Abschließend kann ich unseren Lehrwarten Peter Friedl und Christine Haydu einen großen Dank für ihre Bemühungen aussprechen. Wir profitierten wieder einmal von ihrer Kompetenz und ihrer langjährigen Erfahrung. Der gesamte Ablauf des Trainingslagers war einwandfrei, und wir freuen uns alle auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr, oder schon früher bei dem einen oder anderen Turnier.