

ÖBSV – Jugendkader – erstes Kadertraining 2011

Stockerau, Milleniumshalle – UBSC Artemis

Das erste Training des Jugendkaders im Jahr 2011 fand in den Weihnachtsferien in Stockerau statt. Vom 6.1. bis 8.1. 2011 konnten 20 Mitglieder des Jugendkaders in Stockerau zusammen mit Artemis-NachwuchsschützInnen trainieren. Dank des Engagements von Franz Klanert, Michela Kühnl und Peter Weinlich ([UBSC Artemis](#)) stand die große Milleniums-Halle im Sportzentrum Alte Au zur Verfügung.

Zeitgleich wurde auch ein Kadertraining des Outdoor-Kaders der allgemeinen Klasse abgehalten, an dem 2 Schützen teilnahmen.



Wichtigstes organisatorisches Thema war die Einteilung des Jugendkaders in einen engeren, für Beschickungen vorrangig zu berücksichtigenden Kader und in einen erweiterten Kader. Die Trainingsinhalte unterscheiden sich für diese Gruppen je nach Fortschritt. Allgemein stand das Training des Jugendkaders ganz im Zeichen der zwei Schwerpunkte für die Weiterentwicklung der SchützInnen im Jahr 2011: Selbstmanagement und Verletzungsprävention.



Für den engeren Kader nimmt das Mental- und Taktiktraining zusehends einen größeren Anteil im Trainingsgeschehen ein, da die Schießtechnik zwar weiter verfeinert, aber nicht mehr grundlegend aufgebaut werden muss. Das Sich-Bewußt-Machen der eigenen Stimmung und das Verstärken des Vertrauens in das eigene Können wurden konkret erarbeitet.

Verstärkt wurde auch die Taktik-Schulung durch Simulation der Wettkampfbedingungen, bei der die Nachwuchsschützen gegen die anwesenden A/B-Kaderschützen antreten durften.



Durch das sehr gute Platzangebot in der tollen Halle konnten parallel sowohl schießtechnische als auch koordinative Elemente geübt werden. Die Evaluierung der Technik-Entwicklung erfolgte durch Vergleich von aktuellen mit früheren Video-Aufnahmen.

Jonglieren und Gleichgewichtsübungen (gerne auch gleichzeitig!) sorgten für einige Abwechslung. Die hohe Schusszahl und Technik-Intensität machten Trainingsfortschritte aber auch Defizite sehr deutlich. Für die Zeit bis zur Hallenstaatsmeisterschaft (heuer in Hartberg, [BSC Edelweiß](#)) wurden für alle SchützInnen konkret die Trainingsaufgaben festgelegt.



Mit Helmut Pöll stand ein engagierter A-Schiedsrichter für die Regelkunde zur Verfügung, der auch einen geregelten Ablauf des Schießens sicherstellte. Einige Punkte aus der Theorie konnten während der Wettkampfsimulation gleich praktisch geübt werden (technischer Defekt, Abpraller!).



Die Verpflegung in der Halle (Frühstück, Mittagsjause) wurde durch ein Begleitteam (Anita und Hans Uschoung, Helmut Pöll, Stefanie Scherrer) perfekt abgewickelt. Das Abendessen wurde in Lokalen in der nahen Umgebung eingenommen. Peter Weinlich unterstützte das Team sowohl organisatorisch als auch als Coach. Am Samstag wurde das Training durch seine Co-Trainerin, Elke Zipperer, begleitet. Ohne diese ehrenamtliche (!) Unterstützung wäre es schlicht nicht möglich, so intensive und effektive Trainingstage abzuhalten.

Für den engeren Kader sind vorgesehen (mit zwei weiteren Schützinnen werden noch Gespräche

geführt):

Michaela Leitgeb (Gruppensprecherin), Cornelia Breckner, Daniela Bereiter, Stefanie Druckmüller, Tamara Plant, Martina Wöll, Stefan Wöll, Alexander Bertschler, Christoph Kurz, Rainer Emathingner, Martin Segmehl, Gregor Gappmayer, Daniel Uschounig (Gruppensprecher), Christoph Voggenberger, Max Sommer.

Christian Wöll, BT

Angelika Brunner

Jänner 2011