

Von Elke Sommer - 23/10/2025

Erfolgreiches Großkaliber-Intensivtraining

BD156 Großkaliber Training für Fortgeschrittene – Das 2 Tages Intensivtraining

Am Samstag den 04.10.2025 und Sonntag 05.10.2025 fand auf dem Schießstand des Kleinkaliber-Sportverein Alt Heidelberg e.V. ein 2 Tages Intensivtraining statt. Insgesamt 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzten die Gelegenheit, ihr Wissen zu vertiefen, ihre Schießtechnik zu verbessern und gemeinsam lehrreiche Tage zu erleben.

Zielsetzung und Schwerpunkt des Intensivtrainings war die Verbesserung der Präzision, Konzentration und Technik.

Unsere erfahrenen Trainer Sascha Henny und Rutkay Azap legten großen Wert auf die Sicherheitsregeln und die richtige Handhabung der Pistolen. Neben den technischen Aspekten ging es auch darum, die Bedeutung von Disziplin, Ruhe und Fokus beim Schießen hervorzuheben.

Ablauf des Seminartage

Die Seminartage begannen jeweils um 9:30 Uhr mit der Begrüßung und einem „Pulvergespräch“ bei einem Morgenkaffee, danach folgten Theorieeinheiten und praktische Umsetzung in Trainingseinheiten. Zunächst standen Trockenübungen auf dem Plan, bei denen Haltung, Zielaufnahme und Abzugstechnik trainiert wurden. Unter Anleitung der Trainer konnten die Teilnehmer anschließend auf dem Stand ihr Erlerntes in die Praxis umsetzen. Dabei wurde gezielt an der Treffsicherheit gearbeitet, die Trefferbilder analysiert und in Feedbackrunden individuelle Tipps zur Verbesserung gegeben.

Ergebnisse und Fazit

Die Rückmeldungen der Teilnehmer waren durchweg positiv – viele lobten die gute Organisation, die fachkundige Betreuung und die angenehme Atmosphäre. Besonders erfreulich war, dass nachweislich bei allen Teilnehmern eine deutliche Leistungssteigerung zu erkennen war. Selbst die erfahrensten Schützinnen und Schützen konnten von den technischen Tipps der Trainer profitieren. Die Verbindung und Balance von Theorie und Praxis erwies sich als ideale Lernkombination.

Alle Teilnehmenden waren sich einig:

Die Teilnahme am 2 Tages Intensivtraining war eine lohnende Investition.

Ein großes **Dankeschön** gilt den engagierten und Trainern sowie dem Team des Kleinkaliber-Sportverein Alt Heidelberg e.V. für die hervorragende Bewirtung.

Gerald Schulz (Teilnehmer)

