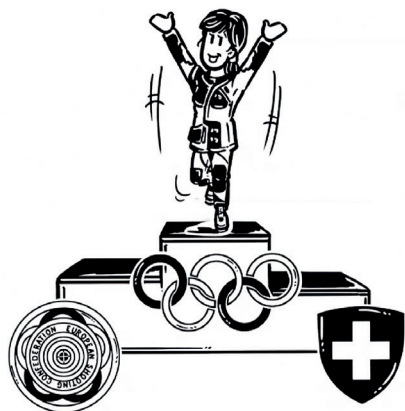


# SCHUSS FÜR SCHUSS ZUM OLYMPIASIEG



Wer mit dem Schiesssport beginnt, tritt am besten in einen der über 2600 Schützenvereine in der Schweiz ein. Von dort führt der Weg weiter in die kantonalen Nachwuchsförderungskader.

Wer sein Hobby zum Sport machen will, steigt auf in ein regionales Leistungszentrum, wird in einem zweiten Schritt Mitglied des Nachwuchskaders des Schweizer Schiesssportverbands und tritt mit 21 Jahren ins Elitekader über. In Magglingen gibt es zudem ein Nationales Leistungszentrum.

Die besten Schützinnen und Schützen nehmen an internationalen Wettkämpfen teil, schiessen um EM- und WM-Gold oder treten gar an den Olympischen Spielen an.

Spitzen-  
sport

Regionales  
Leistungszentrum

Kantonales  
Nachwuchsförderungskader

Jugendausbildung in den Vereinen

# PRÄZISION, MENTALE STÄRKE UND GUTE FITNESS

Schiessen ist ein Leistungssport. Um vorne mit dabei zu sein, braucht es viel Training und Durchhaltewillen. Drei Faktoren sind besonders wichtig:



## PRÄZISION

Ein scharfes Auge, eine ruhige Hand und eine gute Haltung – das A und O im Schiesssport.



## MENTALE STÄRKE

Nur wer im Kopf bereit ist, trifft: Konzentrationsfähigkeit ist die halbe Miete.



## GUTE FITNESS

Der beste Schütze ist der, der sich am wenigsten bewegt. Das kann nur, wer fit ist.

Schiessen macht Spass, Schiessen ist eine Lebensschule, Schiessen ist für jedermann.

*Interesse am Schiessen?  
Die Schiesssportgesellschaft  
Brugg-Windisch ist vor Ort!  
[www.ssg-brugg-windisch.ch](http://www.ssg-brugg-windisch.ch)*

*Auch fasziniert?  
Der Schützenverein in  
deiner Nachbarschaft weilt  
dich gerne in die Geheimnisse  
des Schiesssports ein.*



Weitere Informationen und Kontakte auf  
[www.swissshooting.ch](http://www.swissshooting.ch)

Der Druck dieses Flyers wurde grosszügig  
unterstützt von der Druckerei Kromer Shooting  
[www.kromer.ch](http://www.kromer.ch)

**KROMER**  
Shooting

# FASZINATION SCHIESSSPORT

*Hallo, ich bin Egon und  
möchte euch erklären,  
was den Schiesssport so  
besonders macht.*



Schweizer Schiesssportverband  
Lidostrasse 6  
6006 Luzern

[www.swissshooting.ch](http://www.swissshooting.ch)  
[info@swissshooting.ch](mailto:info@swissshooting.ch)

AB 8 JAHREN

# LUFTGEWEHR UND LUFTPISTOLE



Bei einem Schülerschiessen habe ich mit dem Luftgewehr und der Luftpistole geschossen.

Das Schiessen mit der Luftpistole oder dem Luftgewehr ist der beste Einstieg in den Schiesssport. Geschossen wird in der Halle auf eine Distanz von 10 Metern.

Mit dem Luftgewehr wird auch der Target Sprint bestritten: Ähnlich wie beim Biathlon wird in dieser Disziplin Lauf- mit Schiesssport kombiniert.

AB 10 JAHREN

# KLEINKALIBERGEWEHR

AB 14 JAHREN

# KLEINKALIBERPISTOLE



Später habe ich in einem Kurs von «Jugend und Sport» das Kleinkalibergewehr kennen gelernt.

Das Schiessen mit dem Kleinkalibergewehr auf 50 Meter ist die nächste Stufe auf dem Ausbildungsweg. Mit dem Kleinkalibergewehr wird nicht nur stehend, sondern auch liegend und kniend geschossen.

Ab 14 Jahren ist auch das Schiessen mit der Randfeuerpistole (25/50m) oder der Freipistole (50m) empfohlen.

AB 15 JAHREN

# STURMGEWehr

AB 17 JAHREN

# ORDONNANZPISTOLE



Auf den Jungschützenkurs habe ich mich schon lange gefreut. Mit 15 Jahren durfte ich das erste Mal mit dem Sturmgewehr schiessen.

Wer 15-jährig ist, kann sich für einen Jungschützenkurs anmelden. In diesen Kursen wird der Umgang mit dem Sturmgewehr geübt. Geschossen wird auf 300 Meter. Auch das Standardgewehr darf nun genutzt werden.

Ab 17 Jahren ist das Schiessen mit der Ordonnanzpistole (25/50m) oder der Zentralfeuerpistole (25m) empfohlen.

## AUSBILDUNG IN VIER STUFEN

**Stufe 1**  
Sitzend auf Kissen aufgelegt

**Stufe 2**  
Stehend auf fester Auflage aufgelegt

**Stufe 3**  
Stehend auf beweglicher Auflage aufgelegt

**Stufe 4**  
Stehend frei

## DER OPTIMALE AUSBILDUNGSWEG

	Alter	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Luftgewehr 10m		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Kleinkalibergewehr 50m				■	■	■	■	■	■	■	■
Sturmgewehr 300m							■	■	■	■	■
Standardgewehr 300m								■	■	■	■
Luftpistole 10m		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
5-schüssige Luftpistole 10m				■	■	■	■	■	■	■	■
Freipistole 50m							■	■	■	■	■
Randfeuerpistole 25/50m								■	■	■	■
Zentralfeuerpistole 25m									■	■	■
Ordonnanzpistole 25/50m										■	■

■ empfohlen ■ möglich, je nach Ausbildungsstand und biologischer Entwicklung

## SICHERHEIT ZUERST



Auf allen Ausbildungswegen, mit allen Sportgeräten und in allen Disziplinen gilt ein Grundsatz: Sicherheit steht an oberster Stelle. Wer sich nicht an die Regeln hält, hat in einem Schiessstand nichts zu suchen. Schützinnen und Schützen sind Sportler, sie sprechen deshalb auch nicht von Waffen, sondern von Sportgeräten.

Geschulte Trainer, Schützenmeister und Richter achten darauf, dass im Schiessstand alle Sicherheitsvorschriften und Regeln eingehalten werden. Ungeübte Schützen sind nie alleine im Schiessstand, sondern werden immer individuell betreut.

