

Das neue Magazin für den Österreichischen Schießsport

10.9

zehn komma neun

Ausgabe 03/09

ERFOLG

Partner des ÖSB

Sponsoren



ÖSB-Pool



Fördernde Partner



Die großen Erfolge im Sport: Von vielen erstrebt – von wenigen erreicht.

Die aktuelle Ausgabe von 10,9 beschäftigt sich mit einem der wichtigsten Themen im Sport: dem Thema Erfolg. Neben den Erfolgsgeschichten von Weltklasseathlet Christian Planer und den weiteren Medaillengewinnern des ÖSB bei den Olympischen Sommerspielen werden Erfolg bzw. Misserfolg im Sport von Sportpsychologen Mag. Johannes Gosch unter die Lupe genommen (ab Seite 10.9). Für diejenigen, die in ihrem Sport noch mehr erreichen wollen, auf jeden Fall eine empfehlenswerte Lektüre.

Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist professionelles Training: Sportmediziner Dr. Helmut Hörtnagl, Buchautor Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier und Biomechaniker DI Gabriele Schachinger, DI Heinz Neuburger und Sabine Gelautz gehen in ihren Fachartikeln auf die Bedeutung von Muskulatur, Spannung und Krafttraining im Sportschießen ein (ab Seite 10.30).

Im Interview mit Pistolenschützen und Nachwuchsathlet Christian Kirchmayer sowie einem Portrait des deutschen Schießsportexperten Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier erfahren Sie mehr über Persönlichkeiten im Sportschießen (ab Seite 10.21).

Die aktuellen Erfolge der österreichischen Athletinnen und Ath-

leten bei ihren internationalen Einsätzen beim ISSF WC Finale in Wuxi, der Armbrust-EM in Thaon-les-Vosges, der Vorderlader-EM in Valencia und der CISM-Weltmeisterschaft in Zagreb gibt es ab Seite 10.24. Außerdem waren die vergangenen Monate geprägt durch die Staatsmeisterschaften in den Disziplinen Kleinkalibergewehr, Pistole, 300m Gewehr, Laufende Scheibe und Armbrust. Die Staatsmeisterinnen und Staatsmeister 2009 gibt es ab Seite 10.37.

Durch ihre Leistungen in der Saison 2008/2009 haben sich 41 Athletinnen und Athleten in den olympischen Disziplinen für die ÖSB-Kader 2010 qualifiziert. Die Nominierten finden Sie auf Seite 10.17.

Viel Vergnügen mit dieser Ausgabe und einen guten Start in die kommende Schießsaison wünscht

Ihr

DDr. Herwig van Staa
Präsident des Österreichischen Schützenbundes

IMPRESSUM

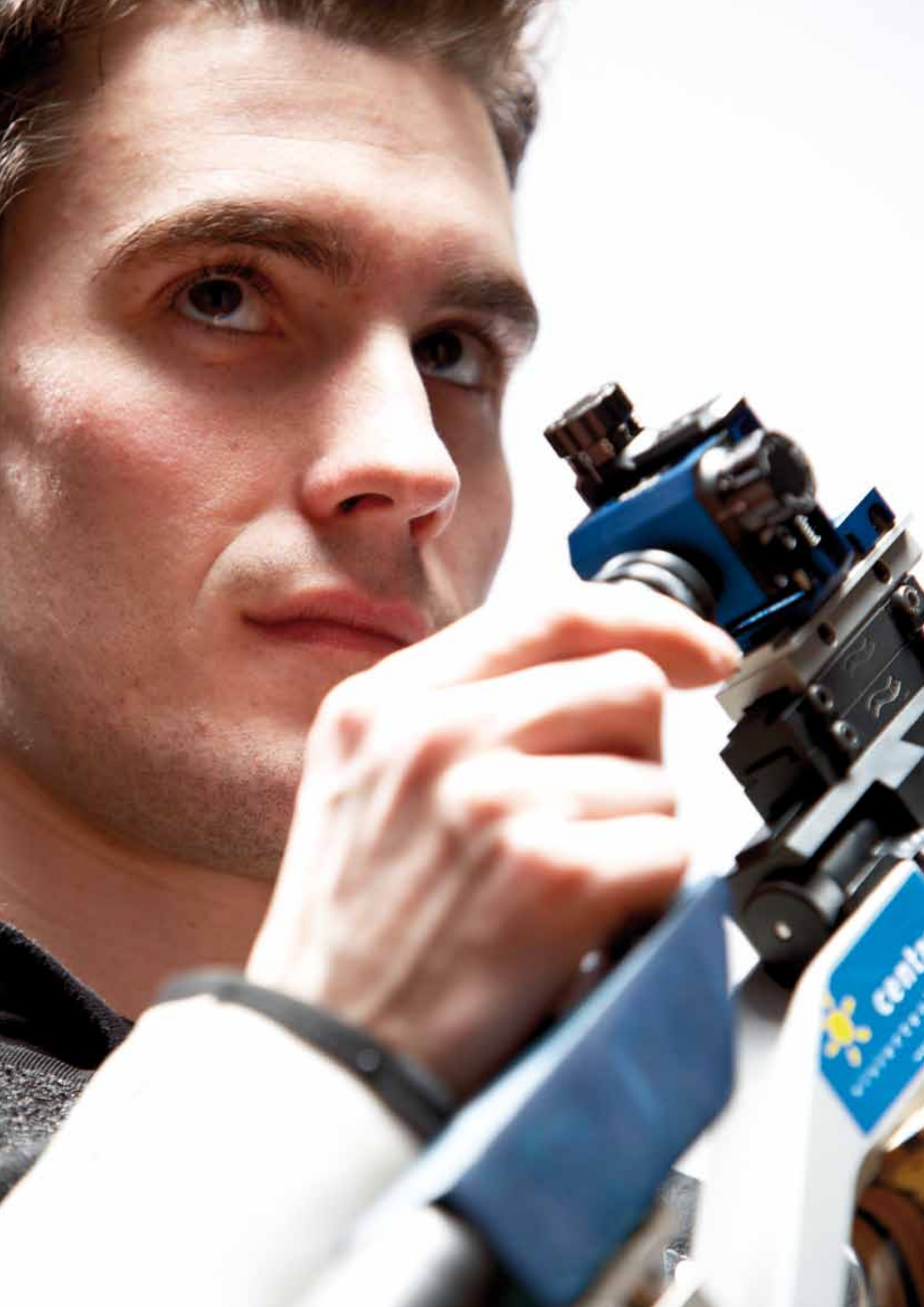
Herausgeber: Österreichischer Schützenbund
Für den Inhalt verantwortlich ist das Präsidium des ÖSB: DDr. Herwig van Staa (Präsident), Ing. Horst Judtmann (1. Vizepräsident), Ekkehard Leobacher (2. Vizepräsident)
Redaktion, Anzeigen & Vertrieb: Österreichischer Schützenbund, Stadionstraße 1b, 6020 Innsbruck, Österreich, Mag. Tina Moser, T: +43 (0) 512 – 39 22 20, F: +43 (0) 512 – 39 22 20 – 20, magazin@zehnkom-

maneun.at, www.zehnkommaneun.at
Autoren: Mag. Tina Moser, Mag. Johannes Gosch, Prim. MedR Dr. Friedl Pezzei, Ao.Univ.Prof. Dr. Helmut Hörtnagl, DI Gabriele Schachinger, Sabine Gelautz, Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier
Fotos: ÖSB, Alexander Schleissig
Abonnement: Eröffnungspreis Jahresabonnement 10,90 Euro inkl. Versand, Eröffnungspreis Einzel- ausgabe 3,50 Euro inkl. Versand, magazin@zehn-

Das Jahresabonnement verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr, falls nicht acht Wochen vor Ende des Bezugsjahres die schriftliche Kündigung erfolgt. Bei Nichterscheinen infolge Streiks oder Störung durch höhere Gewalt besteht kein Anspruch auf Lieferung. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts- gesetzes ist ohne die Zustimmung des ÖSB unzu-

lässig und strafbar. Gerichtsstand und Erfüllungs- ort ist Innsbruck.
Layout: Unique Werbeges.m.b.H., www.unique.at
Druck: Druckwerker F&W
KopieranstaltbetriebsgmbH, www.druckwerker.at





inhalt

IO.3



IO.4 NEWS

Aktuelles aus der Welt des Sportschießens

IO.9 TITELSTORY – ERFOLG

Erfolgsathlet Christian Planer im Interview IO.10, die Olympia-medallengewinner im Sportschießen IO.12 und Erfolg bzw. Misserfolg aus sportpsychologischer Sicht von Mag. Johannes Gosch IO.14

IO.16 ÖSB INSIDE

Neuigkeiten vom Österreichischen Schützenbund

IO.18 STORYS

Die sportlichen Erfolge der ÖSB-Athleten bei den Olympischen Spielen 1972–2008 IO.18 Interview mit Nachwuchsathlet Christian Kirchmayer IO.21 und Schießsportexperte Heinz Reinkemeier im Portrait IO.23

IO.24 INTERNATIONAL

ISSF World Cup Finale Wuxi IO.24 Armbrust-EM Thaon-les-Vosges IO.26 Vorderlader-EM Valencia IO.27 CISM World Championship Zagreb IO.28 und die kommenden Events IO.29

IO.30 AUFS KORN GENOMMEN

werden die Bedeutung des Krafttrainings beim Sportschießen aus sportmedizinischer Sicht IO.30, dynamische Wechselwirkungen beim Armbrustschießen IO.32 und Muskulatur und Spannung aus schießtechnischer Sicht IO.34

IO.37 ÖSTERREICH

Die Österreichischen Staatsmeisterschaften für Kleinkalibergewehr IO.37 Pistole IO.38 300m Gewehr IO.39 Laufende Scheibe IO.40 und Armbrust IO.41 News aus den Sparten IO.43 News aus den Ländern IO.44 Die nächsten Events IO.47

IO.47 KONTAKT

IO.48 ABO

Sichere dir jetzt dein Jahresabo!





ÖOC-Neuwahlen.

Stoss neuer ÖOC-Präsident.

Foto: Casinos Austria



Dr. Karl Stoss ist am 22. Oktober bei der außerordentlichen Hauptversammlung des Österreichischen Olympischen Komitees (ÖOC) einstimmig zum neuen Präsidenten gewählt worden. Der 52-jährige Vorarlberger übernimmt das Amt von Dr. Leo Wallner, der damit seinen im September angekündigten Rücktritt nach rund 19-jähriger Amtszeit offiziell vollzog.

Stoss, der Wallner auch im Berufsleben als Generaldirektor der Casinos Austria und Geschäftsführer der Lotterien nachgefolgt war, wurde für vier Jahre gewählt. Der elfte Präsident des ÖOC wird seinen Vorstand Anfang Dezember präsentieren.

Stoss soll das zuletzt durch negative Schlagzeilen – besonders in Zusammenhang mit dem im Rahmen der Olympia-Bewerbung Salzburg 2014 gegründeten Olympia-Förderverein – in den Mittelpunkt des öffentlichen Interesses geratene ÖOC wieder in ruhiges Fahrwasser führen.

„Ich freue mich riesig über diese ehrenvolle Aufgabe, sie ist mit einer großen Herausforderung verbunden“, erklärte Stoss nach der Wahl durch die 38 anwesenden Vertreter der Dach- und Fachverbände.

Sportminister Mag. Norbert Darabos begrüßte die getroffenen Entscheidungen:

„Die scheidende ÖOC-Führung hat den Weg für einen Neubeginn freigemacht.

Das ÖOC wird sich künftig stärker an den Bedürfnissen der Sportler orientieren, eine bessere Kontrolle und ein besseres Marketing bekommen.“

Waffengesetz.

Neuer Gesetzesentwurf zum Besitz und Erwerb von Schießmitteln.

Autor: ÖSB-Vizepräsident Ing. Horst Judtmann

Bei einem Arbeitsgespräch der Beamten des Innenministeriums mit Dr. Siegart als Vertreter des Waffenhandels, Prof. Csaszar als Vertreter der IWÖ und Ing. Judtmann als Vertreter des ÖSB wurden neue Regelungen vorgeschlagen und im neuen Gesetzesentwurf zum Besitz und Erwerb von Schießmitteln berücksichtigt.

Auszug aus dem neuen Gesetzesentwurf zum Besitz und Erwerb von Schießmitteln:

§ 23. (1) Der Besitz und Erwerb von Schießmitteln ist grundsätzlich nur aufgrund einer behördlichen Bewilligung erlaubt. Die Bewilligung wird durch Ausstellung eines Schießmittelscheins durch die Behörde erteilt. Der Schießmittelschein hat für natürliche Personen inhaltlich dem Muster der Anlage C, für juristische Personen und eingetragene Personengesellschaften inhaltlich dem Muster der Anlage D zu entsprechen.

- (2) Eine Bewilligung gemäß Abs. 1 ist nicht erforderlich
1. für den Besitz und Erwerb einer zehn Kilogramm Schießmittel nicht übersteigende Menge;
 2. für Inhaber eines Waffenpasses, einer Waffenbesitzkarte oder einer Jagdkarte;
 3. für traditionelle Schützenvereinigungen und ihre Mitglieder;
 4. für Sportschützenvereinigungen und ihre Mitglieder.

Tag des
SPORTS-09

Der ÖSB beim Tag des Sports.



1



2

- 1 Andrang am ÖSB- (Schieß-)Stand
- 2 Desiree Deiser im Interview mit Edi Finger jun. bei der Ehrung der ÖSB-Athletinnen und -Athleten
- 3 Auch Skistar Benni Raich ließ sich einen Probeschuss am ÖSB-Stand nicht entgehen.

Am 26. September fand am Wiener Heldenplatz der vom Sportministerium ausgerichtete Tag des Sports 2009 statt. Mit rund 400.000 Besucherinnen und Besuchern war das Sportfestival wieder einmal ein Event der Extraklasse und lockte viele Sportbegeisterte aus ganz Österreich an.

Der ÖSB war auch dieses Jahr wieder mit einem eigens für diesen Event errichteten Schießstand vor Ort, der sich bei den Besucherinnen und Besuchern großer Beliebtheit erfreute. Die Gelegenheit, unter fachkundiger Beratung der

Helferinnen und Helfer des SSV 13 Wien die eigene Schießleistung auf die Probe zu stellen, ließen sich nur wenige entgehen.

Bei der Ehrung der erfolgreichsten Sportlerinnen und Sportler Österreichs durch das Sportministerium hatten die ÖSB-Athletinnen und -Athleten ihren großen Auftritt auf der Ehrenbühne.

Für alle, die sich jetzt schon den Termin für den Tag des Sports 2010 eintragen wollen: Die Sportwelt trifft sich im nächsten Jahr am 25. September wieder zu diesem einmaligen Sportfestival in Wien.



3

Strom Wasser Abwasser Abfall Telekommunikation Krematorium Bäder Wärme-Contracting



Gut versorgt. Tag für Tag!

Die IKB versorgt uns verlässlich rund um die Uhr. Sie entsorgt schnell und gründlich und bietet viel Komfort. So fühlen wir uns wohl in Innsbruck.

Für Sie erreichbar unter:
Tel. 0800 500 502
kundenservice@ikb.at
www.ikb.at

Für Sie erreichbar unter:
Tel. 0800 500 502
kundenservice@ikb.at
www.ikb.at

IKB | Innsbrucker
Kommunalbetriebe

ahg-Sporttasche XXL.

Die stabile, rollende Sporttasche XXL von ahg-Anschütz ist rundum gepolstert, um ihr wertvolles Equipment zu schützen. Die 160 Liter Volumen sind wie folgt unterteilt: Im aufgeklappten Deckel befindet sich ein Fach mit RV, das ausreichend Platz für Jacke oder Hose bietet. Im Hauptfach der XXL Tasche befinden sich am Boden vier Fachabteile, drei davon mit RV und eines mit Belüftungslöchern. Sie bieten Platz und Schutz für alle weiteren Produkte. Auf die Fachabteile kann weiteres Equipment wie Jacke, Stative oder anderes Zubehör verstaut werden. Der Unterboden ist aus formgespritztem Hartplastik gefertigt und sorgt dafür, dass die ahg XXL Tasche bei voller Beladung nicht durchhängt und beim Aufstellen nicht umkippt. Kugelgelagerte Rollen aus dem Inliner-Bereich sorgen dafür, dass die Tasche leicht läuft und dem Gewicht spielend standhält. Ein Teleskopgriff zum Ziehen der Tasche sowie etliche Haltegriffe zum Ein- oder Ausladen sind natürlich auch dabei.
<http://ahg.anschuetz-sport.com>



Außenmaße: ca. 85 x 42 x 40 cm, Volumen: ca. 160 Liter, Gewicht: 7 kg



Landesfestumzug Innsbruck.

Feierlicher Umzug zum Gedenkjahr 2009 in Tirol.

30.000 TeilnehmerInnen aus über 1.000 Vereinen der Traditionsverbände zogen beim Landesfestumzug am 20. September durch die Innsbrucker Innenstadt. Über 70.000 ZuschauerInnen verfolgten die knapp fünfstündige Parade auf einer Strecke von rund 1,7 Kilometern von der Triumphpforte bis in die Universitätsstraße.

Der Landesfestumzug war der Höhepunkt des Andreas-Hofer-Gedenkjahres 2009. Neben TeilnehmerInnen der Europaregion Tirol-Südtirol-Trentino waren Abordnungen aus Vorarlberg, Salzburg, Kärnten, Bayern, Liechtenstein, Baden-Württemberg, Nordrhein-Westfalen, Belgien und Rumänien zu sehen. Selbstverständlich auch mit dabei waren die SchützInnen des Tiroler Landesschützenbundes und die jungen Tiroler SportschützInnen.

Neben Bundespräsident Dr. Heinz Fischer waren Bundeskanzler Werner Faymann, Vizekanzler Dipl.-Ing. Josef Pröll, die Landeshauptleute Günther Platter, Dr. Luis Durnwalder (Südtirol), Lorenzo Dellai (Trentino), der Landeskommandant Dr. Otto Sarthein sowie Tiroler Landtagspräsident und ÖSB-Präsident Dr. Herwig van Staa unter den Ehrengästen.



Elektronisches Zeitalter für Luftpistolen.

Die niederösterreichische STEYR SPORTWAFFEN GmbH hat die Serienproduktion der neuen ein- und fünf-schüssigen Luftpistolen mit elektronischem Abzug gestartet.

Seit der Vorstellung der LP 10 E und der LP 50 E auf der IWA in Nürnberg im März ist einige Zeit vergangen. STEYR SPORTWAFFEN Geschäftsführer Ing. Karl Egger: „Wir wollten uns der Qualität der neuen Produkte zu einhundert Prozent sicher sein, bevor wir diese auf den Markt bringen.“ Erste Reaktionen von international erfolgreichen Schützen lassen die hohen Erwartungen gerechtfertigt erscheinen.

Und auch die Dauertests haben überzeugt. Seit Anfang Oktober werden die elektronischen Pistolen in Serie produziert.

Ing. Egger zu einigen Vorteilen der neuen Modelle: „Der elektronische Abzug erlaubt eine optimale Kontrolle der Pistole während der Schussabgabe, da der Auslösedruck am Abzugsfinger erhalten bleibt. Der neu entwickelte 8-Kanal-Kompensator absorbiert gleichzeitig die Turbulenzen vor der Mündung.“

www.steyr-sportwaffen.at

71,3 Mio. Euro

Sportförderung 2009

Für Spitzensport, für Breitensport, für den Nachwuchs.

Talent und Disziplin, optimale Trainingsbedingungen und Betreuung sind Voraussetzungen für den Sprung an die Spitze. 2009 erhält die Sportförderung von den Österreichischen Lotterien rund EUR 71,3 Millionen.

Erfolg.

Christian Planer ist einer der derzeit erfolgreichsten Sportschützen Österreichs und zeichnet sich besonders durch seine Triumphe bei Sportgroßveranstaltungen aus. Was ihn so erfolgreich macht, erzählt er im Gespräch mit 10,9.

Neben Planer haben fünf weitere ÖSB-Athleten in den vergangenen Jahrzehnten Edelmetall bei Olympischen Spielen gewonnen. Ein Blick in das Olympiamuseum des ÖOC ermöglicht uns, etwas mehr über diese Erfolge zu erfahren.

Was sind aber die Voraussetzungen für die Erreichung dieses höchsten Ziels eines jeden Sportlers? Sportpsychologe Mag. Johannes Gosch gibt einen Einblick in die psychologischen Hintergründe des Erfolgs.



Christian Planer.

Der Olympionike im Gespräch mit 10,9.

Interview: Mag. Tina Moser
Fotos: ÖSB



Christian Planer ist einer der derzeit erfolgreichsten Sportschützen Österreichs und zeichnet sich besonders durch seine Triumphe bei Sportgroßveranstaltungen wie u.a. der Bronzemedaille bei den Olympischen Spielen in Athen 2004 aus. Zudem gehört Planer zu den bisher insgesamt sechs ÖSB-Athleten, die bei Olympischen Spielen eine Medaille erringen konnten.

Für seine Erfolge wurde der 34-jährige Tiroler kürzlich bei den Österreichischen KK Staatsmeisterschaften in Innsbruck mit dem Goldenen Sportehrenzeichen, der höchsten sportlichen Ehrung des Österreichischen Schützenbundes, ausgezeichnet.



10,9: Christian, du gehörst zu den erfolgreichsten Sportschützen Österreichs. In der Zwischenzeit kannst du auf einige Jahre Wettkampferfahrung auf internationalem Topniveau zurückblicken. Wann hat deine Karriere auf diesem Niveau begonnen?

CP: In meiner Jugend habe ich 2- bis 3-mal die Woche trainiert. Mit dem intensiven Training habe ich 1994 begonnen, wo ich durch meinen Eintritt ins HSZ erstmals die Möglichkeit hatte, professionell zu trainieren. Von Jahr zu Jahr ist dann der Trainingsumfang mehr geworden und das Training wurde facettenreicher. Zum Schießtraining ist das Konditionstraining dazugekommen und ab 1999 auch das psychologische Training. 2003 hatte ich dann den Durchbruch mit meiner ersten internationalen Medaille bei der EM in Pilsen. Ab diesem Zeitpunkt kann man sagen, dass ich auf internationalem Topniveau geschossen habe.

10,9: Was waren aus heutiger Sicht deine größten sportlichen Erfolge?
CP: Zu meinen größten Erfolgen zählt natürlich die Bronzemedaille bei den Olympischen Spielen in Athen 2004, aber auch der Europameistertitel mit der Mannschaft in Pilsen 2003. Zum einen, weil es meine erste internationale Medaille war, und zum anderen, weil wir mit unserem Team im Liegendbewerb den Weltrekord geschossen haben. Ich habe als Einziger im zweiten Durchgang geschossen und wurde von einem Ungarn nebenbei informiert, dass wir auf Weltrekordkurs sind. Ich war dann natürlich den ganzen Wettkampf über extrem nervös, aber es ist trotzdem gut gegangen.

10,9: In der vergangenen internationalen Luftgewehrsaison hast du aus eigener Entscheidung eine Pause eingelegt. Was waren die Gründe dafür?

CP: Ein Grund für meine Pause war der, dass ich seit 2006 neben

dem Schießen arbeite. Ich habe einen 25-Stunden-Job, aber bei den 25 Stunden bleibt es meist nicht. Ich möchte meinen Job gut machen und die Kunden zufrieden stellen. In dieser Zeit musste ich einige Sachen aufarbeiten und so war eine kurze Pause vom internationalen Schießsport in der Luftgewehrsaison für mich die richtige Entscheidung. Dazu kam noch, dass die Spiele für mich nicht so erfolgreich gelaufen sind. Ich habe deshalb einfach ein bisschen Pause für den Kopf gebraucht, um danach wieder frei durchstarten zu können.

10,9: Du hast gemeint, dass dich einige aus der Schießsportszene in dieser Zeit bereits abgeschrieben hatten. Nach der Pause konntest du jedoch nach relativ kurzer Zeit wieder einen großartigen Erfolg bei den Europameisterschaften in Osijek feiern. Damit haben vermutlich nicht viele gerechnet. Wie war deine Erwartungshaltung vor dieser EM?

CP: Mein Ziel in Osijek war, im Liegendbewerb das Finale zu erreichen. Die Leistung hat sich schon vorher bei den Weltcups in München und Mailand abgezeichnet: In München war ich im Finale und in Mailand habe ich das Finale unglücklicherweise nur wegen eines Fehlschusses verpasst. Das Finale war also mein Ziel. Dass es dann Gold wird, war allerdings auch für mich überraschend. Aber wenn man einmal das Finale erreicht hat, ist eine Medaille immer im Bereich des Möglichen. Mich hat es allerdings gewundert, dass ich von den Schützen während meiner Pause gleich abgeschrieben wurde. Es sind Gerüchte über mein Karriereende entstanden, obwohl ich vorher klar kommuniziert habe, dass es sich nur um eine begrenzte Auszeit für die Luftgewehrsaison handelt.

10,9: Was würdest du als diejenigen Faktoren bezeichnen, die dich in der Vergangenheit erfolgreich gemacht haben?

CP: Die Zusammenarbeit mit dem Innsbrucker Sportpsychologen Dr. Christopher Willis, die Zusammenarbeit mit Trainer Hubert Bichler, die Trainingsgemeinschaft mit Mario Knögler, die Erkenntnis, dass Schießen nicht das Wichtigste der Welt ist, und meine Verbissenheit, wenn ich etwas in Angriff nehme.

10,9: Was unterscheidet dich von anderen Sportlern auf deinem Leistungsniveau – Athleten, die zwar gleich stark sind, aber bisher nicht die gleichen Top-Erfolge feiern konnten?

CP: Mittlerweile bin ich mit meinen 34 Jahren zwar nicht unbedingt ein altes Eisen, aber ich habe doch eine gewisse Routine in meiner bisherigen sportlichen Karriere sammeln können, die ich anderen einfach voraus habe. Außerdem habe ich erfahren, dass mir die erreichten Medaillen nicht das geben, was ich mir vorgestellt hatte. Ich bin in meiner Jugend ewig den Medaillen „nachgelaufen“. Als ich sie dann erreicht hatte, war das zwar schön, aber hatte – auch bei der Olympiamedaille – nicht den umwerfenden Effekt auf mich, den ich mir erwartet hatte. Dadurch, dass diese Erwartungshaltung nicht

mehr da ist, gehe ich viel cooler an die Sache heran und konzentriere mich eher auf den Weg als auf das Ziel.

10,9: Neben den Erfolgen gibt es auch immer kleinere und größere Misserfolge, die ein Sportler im Laufe seiner Karriere erfahren muss. Wie hast du es in der Vergangenheit geschafft, nach Misserfolgen wieder auf die Erfolgsspur zu kommen? Hast du ein persönliches Rezept?

CP: Ich besinne mich nach Misserfolgen auf das, was im Leben wirklich wichtig ist. Das sind neben dem Sport vor allem Freunde und meine Familie. Wesentlich ist, dass ich mein Leben nicht vom Sport abhängig mache. Diese Einsicht habe ich meinem Sportpsychologen Dr. Willis zu verdanken. Früher habe ich meine Lebensqualität nur aus dem Sport gezogen und damit war es für mich sehr schwierig, mit Misserfolgen umzugehen. Wenn ich heute Misserfolg habe, akzeptiere ich das, versuche mich auf die Fehler zu konzentrieren und daraus zu lernen. Das wird immer leichter, je länger ich im Wettkampfgeschehen dabei bin.

10,9: Was würdest du einem talentierten und motivierten Nachwuchsathleten mitgeben, um sich mittel- bis langfristig in der internationalen Schießsportszene behaupten zu können?

CP: Ich würde versuchen, dem Schützen das zu vermitteln, was mir selbst geholfen hat: Nämlich dass der Sport wichtig ist, dass man aber Erfolge und Misserfolge nüchtern sehen muss und sich auf den Weg konzentriert. Entscheidend sind ein sauberes, konsequentes Training und die richtige Einstellung zum Sport. Es gibt dabei keinen anderen Weg als den über das Bundesheer. Der Schießsport ist in den letzten Jahren immer professioneller geworden. Auf internationalem Niveau hat man als Amateur keine Chance mehr. Das Bundesheer bietet deshalb die einzige Möglichkeit, auf diesem Level trainieren und den Sport ausüben zu können.

10,9: Welche Rolle spielt die Familie in deinem Leben und welchen Einfluss hat sie auf deinen Sport?

CP: Meine Familie spielt die wesentliche Rolle. Wenn ich nach einem schlechten Wettkampf nach Hause komme und ich meine Freundin und meinen Sohn sehe, sieht die Welt gleich wieder viel besser aus. Ich kann mich durch den Rückhalt in meiner Familie viel schneller wieder auf das Wesentliche konzentrieren und nach vorne schauen.

10,9: Wirst du deinem Sohn auch das Schießen beibringen?

CP: Das soll er selbst entscheiden. Noch ist er mit seinen 3 Jahren zu klein, aber in ein paar Monaten werde ich ihn sicher hin und wieder zum Training mitnehmen. Ob er sich dann von meiner Begeisterung für den Schießsport anstecken lässt, wird sich zeigen.

10,9: Du bist seit einiger Zeit aus dem Bundesheer ausgetreten und

in der Schießsportindustrie tätig. Wie lässt sich der Beruf mit der Ausübung des Sports auf diesem hohen Niveau vereinbaren?

CP: Das ist eine schwierige Angelegenheit. Ich habe das Glück, dass es für meinen Arbeitgeber von Interesse ist, dass ich sportlich weiterhin erfolgreich bin. Ich bin also von der Arbeitseinteilung recht flexibel und bekomme zu den Wettkämpfen frei. Da es ein 25-Stunden-Job ist, lässt sich das mit dem täglichen Training auch ganz gut vereinbaren. Die optimale Lösung war natürlich das Bundesheer, aber so ist es ein guter Kompromiss. Ich habe diesen Weg gewählt, weil ich nicht nach meiner sportlichen Karriere als Profisportler ohne Ausbildung in das Berufsleben einsteigen wollte. Also habe ich die Chance genutzt, diese Stelle anzunehmen, um einerseits ins Berufsleben langsam einsteigen zu können und andererseits den Sport nicht aufgeben zu müssen.

10,9: Wie sehen deine Zukunftspläne aus? Was möchtest du als Schütze noch erreichen? Und wie siehst du deine berufliche Zukunft?

CP: Beruflich bin ich auf einem guten Weg. Ich habe einen Job, der mir Spaß macht, in dem ich mich auskenne und bei dem ich mein Wissen aus dem Sport einbringen kann. Sportlich gesehen ist die WM in München interessant, weil es ja quasi eine Heim-WM ist. Der olympische Abschluss in Peking 2008 hat mir nicht gut gefallen, deshalb möchte ich – wenn es die Arbeit und meine sportliche Leistung zulassen – in London 2012 noch einmal dabei sein.

links: Planer mit Mario Knögler beim EM-Sieg in Osijek 2009;

oben: ÖSTM KK Innsbruck 2009, Auszeichnung mit Goldenem Sportehrenzeichen durch Ing. Horst Judtmann

STECKBRIEF:

Name: **Christian Planer**

geboren: 15. Mai 1975 in Kufstein

Beruf: Angestellter bei Umarex Austria

Disziplinen: Luftgewehr, Kleinkalibergewehr

größte Erfolge: Bronzemedaille Olympische Spiele Athen 2004 (KK Dreistellung), Europameistertitel 2009 in Osijek (KK Liegend) und etliche weitere Top-3-Platzierungen bei Europameisterschaften in KK, LG und GK Teambewerben, Top-3-Platzierungen bei Weltmeisterschaften in LG, KK und GK Teambewerben, Top-3-Platzierungen bei ISSF Weltcups (LG und KK), mehrfacher Österreichischer Staatsmeister und österreichischer Rekordhalter, Weltrekordinhaber KK Liegendmatch Team, LG Team und KK Dreistellung Team

Verein: SG Walchsee, Tirol (Luftgewehr)

SG Ebbs, Tirol (Kleinkalibergewehr)

Website: www.christian-planer.com



Olympiamuseum.

Die Olympiamedaillengewinner des ÖSB.

Text: ÖOC, Österreichisches Olympiamuseum
Fotos: Bildarchiv Dr. Friedl Pezzei, Dr. Rudolf Dollinger, Ing. Andreas Kronthaler, ÖSB

Die ÖSB-Athleten gehören aus österreichischer Sicht zu den erfolgreichsten Sportlern bei Olympischen Sommerspielen. Im Spiegel der österreichischen Olympiamedaillengewinner bei Sommerspielen ist Sportschießen mit insgesamt 8 Medaillen derzeit auf Rang 6. In den folgenden Kurzportraits werden die Olympiamedaillengewinner des österreichischen Schießsports mit kleinen Anekdoten vorgestellt.

Gold für Hubert Hammerer

Hubert Hammerer wurde am 10. Dezember 1925 im vorarlbergischen Egg geboren. Vater Hammerer war in den dreißiger Jahren internationaler Meisterschütze. Durch die sportliche Betätigung des Vaters motiviert, begann Hubert Hammerer schon im Alter von 12 Jahren mit dem Schießsport. Schon mit 17 Jahren erzielte er deutschen Jugendrekord im Dreistellungsmatch und erreichte dabei das gleiche Ergebnis wie der amtierende Weltmeister.

Für die Teilnahme an den Olympischen Spielen in London 1948 konnte Hammerer keine wettkampffähige Waffe aufreiben und verzichtete freiwillig.

Auch 1952 stand unter keinem guten Stern. Hammerer, gelernter Tischlermeister, kam mit der linken Hand in eine Fräsmaschine und verlor den Daumen. Bereits sechs Tage nach seinem Unfall trainierte er wieder, jedoch die Teilnahme an den Olympischen Spielen in Helsinki 1952 war unmöglich.

Trotz Weltklasseleistungen wurde er für die Olympischen Spiele in Melbourne 1956 nicht nominiert.

1960 bei den Olympischen Spielen in Rom sollte es dann doch klappen. In spannenden Duellen mit dem Schweizer Hans Spillmann (Silber) und dem Russen Wassili Borissow (Bronze) gewann Hubert Hammerer nach sieben Stunden fesselndem Wettkampf die heißersehnte Goldmedaille.

Olympische Spiele		
1960 Rom	Schießen / Freies Gewehr Dreistellungskampf	1. Platz
1960 Rom	Schießen / Kleinkaliber Dreistellungskampf	11. Platz
1964 Tokio	Schießen / Freies Gewehr Dreistellungskampf	9. Platz
1964 Tokio	Schießen / Kleinkaliber Dreistellungskampf	31. Platz
1964 Tokio	Schießen / Kleinkaliber liegend	28. Platz

Rudolf Dollinger: Kunstsiniger Pistolenschütze

Zwei Medaillen bei zwei aufeinanderfolgenden Spielen – das hat außer Rudolf Dollinger noch keiner geschafft. Der Doktor der Philosophie, im Kulturamt der Tiroler Landesregierung beschäftigt, gewann sowohl 1972 in München als auch 1976 in Montreal Bronze mit der Freien Pistole.

Um seine zweite Medaille – Österreichs einziges Edelmetall in Kanada – musste Dollinger (magisches Geburtsdatum 04.04.44) jedoch lange zittern. Auf dem Schießstand „l'Acadie“ hatten schwierige Bedingungen (Seitenwind) geherrscht. Und dann dauerte es bis zweieinhalb Stunden nach dem Wettkampf, ehe nach dem Nachrechnen feststand, dass der Österreicher und nicht der vorerst als Dritter geführte Schwede Skanaker Bronze gewonnen hatte.

Olympische Spiele		
1972 München	Schießen / Freie Pistole	3. Platz
1976 Montreal	Schießen / Freie Pistole	3. Platz



Gerhard Petritsch

Gerhard Petritsch: Bronze mit der Schnellfeuerpistole

Nach guten Resultaten in München (8.) und Montreal (7.) und der WM-Bronzemedaille 1978 in Seoul schlug dem knapp 40-jährigen Gerhard Petritsch (*02.09.1940) in Moskau 1980 endlich die große Stunde: Bronze mit der Schnellfeuerpistole.

Und wer weiß: Wäre da nicht eine lästige Fliege gewesen, die den Salzburger ausgerechnet während der 4-Sekundenserie ins rechte Ohr biss, vielleicht hätte sogar noch mehr herausgeschaut. Pet-



von links: Wolfram Waibel Junior (1996), Hubert Hammerer (2009) mit Landeshauptmann Dr. Herbert Sausgruber, Dr. Rudolf Dollinger (1972)

ritsch: „Es hat mich kurz irritiert und die Goldmedaille gekostet, weil ich eben nur einen ‚Neuner‘ geschossen habe.“

Petritsch trat 1984 ein viertes Mal bei Olympischen Spielen an und verabschiedete sich mit einem ehrenvollen 11. Rang.

Olympische Spiele		
1972 München	Schießen / Olympische Schnellfeuerpistole	8. Platz
1976 Montreal	Schießen / Olympische Schnellfeuerpistole	7. Platz
1980 Moskau	Schießen / Olympische Schnellfeuerpistole	3. Platz
1984 Los Angeles	Schießen Olympische Schnellfeuerpistole	11. Platz

Andreas Kronthaler: Mit Holzbohrer zum Silber

Die Sonne über den vegetationslosen Hügeln draußen in Chino schien zu glücken, doch er blieb eiskalt: Dipl.-Ing. Andreas Kronthaler schoss in eindreiviertelstündiger Präzisionsarbeit 587 von 600 möglichen Ringen und gewann hinter dem Franzosen Philippe Héberlé (589) Silber im Bewerb Luftgewehr.

Dabei hing dieses Silber an einem – Holzbohrer. Bei der Materialkontrolle war nämlich ein Übergewicht von 75 Gramm festgestellt worden. Zum Glück wusste Kronthalers deutscher Trainer Gottfried Kustermann eine Lösung. Über Vermittlung eines Freundes kam man zu einem Büchsenmacher, der die Waffe fachgerecht zerlegte. Dann wurde mit einem Bohrer vorsichtig Holz aus dem Schaft gebohrt. So lange, bis das nötige Gewichtslimit erreicht war. Eine gelungene „Operation“.

Für Kronthaler, am 11. März 1952 im tirolerischen Passionspielort Erl geboren, damals aber Schütze des niederösterreichischen Vereins Königstetten, hat sie sich gelohnt.

Olympische Spiele		
1984 Los Angeles	Schießen / Luftgewehr	2. Platz

Wolfram Waibel jun.: Scharfschütze aus Tradition

Als Spross einer traditionsreichen Schützenfamilie aus Hohenems

war Wolfram Waibel (*22.02.1970) das Gewehr gleichsam in die Wiege gelegt. Doch im Gegensatz zu seinem Vater Wolfram sen., der es zwischen 1968 und 1992 auf nicht weniger als fünf Olympia-Auftritte gebracht hatte, schoss sich der Junior bei den Hundertspielen 1996 in Atlanta in die Medaillenränge. Und das gleich doppelt: Nach Silber mit dem Luftgewehr legte er noch Bronze im KK-Dreistellungsmatch drauf. Damit gelang dem 26-Jährigen etwas, was seit Gregor Hradetzky, 1936 Doppel-Olympiasieger im Kanu, kein Österreicher mehr erreicht hatte: zwei Medaillen bei denselben Sommerspielen.

Im Luftgewehr war Platz zwei für den Weltrekordhalter und Europameister keine Überraschung, im Gegenteil, eher sogar ein klein wenig enttäuschend. „Eigentlich hätte ich gewinnen müssen“, räsionierte Waibel über seine im Finale vergebene Führung nach dem Grunddurchgang. Doch den dritten Rang mit dem Kleinkalibergewehr hätte sich der schnauzbärtige Vorarlberger selbst nicht träumen lassen.

Olympische Spiele		
1992 Barcelona	Schießen / Kleinkaliber Dreistellungskampf	38. Platz
1992 Barcelona	Schießen / Kleinkaliber liegend	11. Platz
1992 Barcelona	Schießen / Luftgewehr	11. Platz
1996 Atlanta	Schießen / Luftgewehr	2. Platz
1996 Atlanta	Schießen / Kleinkaliber Dreistellungskampf	3. Platz
1996 Atlanta	Schießen / Kleinkaliber liegend	39. Platz
2000 Sydney	Schießen / Luftgewehr	18. Platz
2004 Athen	Schießen / Kleinkaliber liegend	16. Platz

Christian Planer

Christian Planer ist Österreichs derzeit jüngster Olympiamedaillengewinner im Sportschießen. Der Tiroler holte 2004 Bronze bei den Olympischen Spielen in Athen.

Olympische Spiele		
2004 Athen	Schießen / Kleinkaliber Dreistellungskampf	3. Platz
2004 Athen	Schießen / Luftgewehr	12. Platz
2008 Peking	Schießen / Luftgewehr	30. Platz
2008 Peking	Schießen / Kleinkaliber liegend	41. Platz

Erfolg aus sport-psychologischer Sicht.

Eine Betrachtungsweise von Mag. Johannes Gosch.

Text: Mag. Johannes Gosch

Erfolg allgemein

Ursprünglich bezeichnete der Begriff „Erfolg“ lediglich die allgemeine Folge oder den Effekt bestimmten Handelns, beispielsweise als Summe richtiger Entscheidungen. Mitunter wurde mit dem Wort lediglich das Erfolgen bzw. der Verlauf eines Ereignisses beschrieben.

Heute stehen Handeln und Erfolg meist in einem deutlichen, planvollen Zusammenhang. Erfolg im Sport wird als das Erreichen eines definierten oder allgemein als erstrebenswert anerkannten Ziels verstanden. Was erstrebenswerte Ziele sind, in welcher Form oder mit welchem Aufwand Ziele erreicht werden, hängt vom jeweiligen Betrachter (SportlerIn, TrainerIn, Sponsor etc.) ab. Damit ist eine objektive Erfolgsdefinition nur schwer möglich. Weiters bleibt zu beachten, auch etwas Erreichtes als Erfolg zu betrachten, selbst wenn man es niemals zum Ziel hatte (z.B. Auszeichnungen und andere „Zufallsprodukte“).

Ursachen des Erfolgs

Die Sportpsychologie beschäftigt sich unter anderem mit den Ursachen des Erfolgs. Es gibt im Schießsport wie auch in anderen

Sportarten keine wirklichen Erfolgsrezepte. Wohl aber existieren bestimmte Erfolgsfaktoren auf körperlicher, technischer, Umfeldbedingter und mentaler Ebene, an denen man sich als AthletIn gut orientieren kann:

- Ausstattung mit guten Genen und einer soliden Konstitution, sprich Gesundheit
- klare Ziele
- Freude am Sport
- Selbstbewusstsein bzw. Selbstwert
- Willensstärke
- mentale Stabilität
- Konzentrationsfähigkeit
- ein regelmäßiges, systematisches, planmäßiges, konsequentes und effektives Training (10.000-Stunden-Regel)
- ein entsprechendes Umfeld
- individuelles Vorgehen
- und last but not least: eine Technik auf dem neuesten Stand

Persönlicher Erfolg und positive Verstärkung

Wenn ein bestimmtes Verhalten (effektives Training) oder be-

„Die Erfolge (Siege) beginnen im Kopf, die Misserfolge (Niederlagen) leider auch.“

stimmte Umstände Erfolge hervorrufen, kommt es zu einer positiven Verstärkung der Motivation, des inneren Antriebes, dieses Verhalten zu wiederholen bzw. die Umstände aufrechtzuerhalten. Misserfolge – vor allem hervorgerufen durch eigene oder fremde Erwartungshaltungen – können dagegen demotivieren. Sie haben negative Auswirkungen auf das zukünftige Verhalten und auf den Selbstwert. Allgemein lässt sich jedenfalls sagen, dass Erfolg mit gleichzeitiger Anerkennung zur Prägung des Selbstbewusstseins führt. Parallel dazu ist außerdem festzustellen, dass mit Erfolg gleichzeitig auch Eigenverantwortung wachsen kann.

Ursachenzuschreibung

Aus sportpsychologischer Sicht ist vor allem die so genannte Ursachenzuschreibung (Warum war ich erfolgreich? Warum hatte ich Misserfolg?) interessant, weil sich daraus Konsequenzen für das zukünftige Trainingsverhalten ableiten lassen.

Ursachen für Erfolg:

- Fähigkeit (man kann es einfach)
- stabile Anstrengung (Konzentration)
- eigene Persönlichkeit (Siegertyp)
- Anstrengung anderer (Trainer)
- gute Verhältnisse (guter Standplatz)
- Glück (Glückstag)

Ursachen für Misserfolg:

- Unfähigkeit (heute nicht in der Lage)
- mangelnde Anstrengung (wenig Konzentration)
- eigene Persönlichkeit (Verlierertyp)
- Fehlverhalten anderer (störende Zuschauer)
- schlechte Verhältnisse (Wetter, Licht)
- Pech (Waffendefekt)

Die Ursachenzuschreibung für Erfolg oder Misserfolg (Sieg oder Niederlage) bestimmt die Höhe der Motivation für die Zukunft. Um eine starke intrinsische Motivation (ich will, ich kann, ich freue mich auf) zu erreichen, sollte der Athlet/die Athletin lernen, Erfolge grundsätzlich der ausreichenden Anstrengung bzw. dem effizienten Training zuzuschreiben und Misserfolge dagegen der mangelnden Anstrengung bzw. einem „schlechten“ Training. Es sollte zum Beispiel weder Glück noch Pech in Betracht gezogen werden. Damit schafft der Schütze/die Schützin eine wichtige Voraussetzung für das zukünftige Training.

Erfolg wird damit grundsätzlich eine Sache des Trainings, auch des mentalen Trainings.

STECKBRIEF:

Name: Mag. Johannes Gosch
Jahrgang: 1963
Wohnort: Graz
Beruf: Sportwissenschaftler und Mentalcoach mit eigener Beratungsstelle für Sportpsychologie des Landes Steiermark, staatl. geprüfter Lehrwart Sportschießen, ehemaliger Exekutivbeamter und Sportschütze, Rückwärts(marathon)läufer
Publikationen: Psychologie im Schießsport (1998), Kreativ LAUFen (2002), Kreative Bewegungsübungen – einfach gemacht (2008)
Website: www.timelessvision.at



Weit mehr als bloß einen Schritt voraus!



MÄNNEL AdvancedSmallBore

Das (r)evolutionäre Kleinkaliber-Gewehr aus Österreich:

- Stufenlose Vorderschaft-Höhenverstellung für perfekte Anschläge in allen Stellungen!
- Schränkung des Schaftes seitlich zur Laufachse!
- Trockentrainingseinrichtung ohne Pufferpatrone!
- Einzigartiger Verschluss – komfortables Laden im Anschlag!
- Individuelle Einstellungen an Hinterschaft und Haken ohne Werkzeug!



MÄNNEL Sport Shooting

Offizieller Vertrieb der sensationellen EVOTEX-Bekleidung für Gewehrschützen!

MÄNNEL Sport Shooting GmbH
A-4484 Kronstorf · Hauptstraße 78
T: (+43) 07225 / 21 110 - 0
E: office@maennel.at

Weitere innovative Top-Produkte für Gewehr- & Pistolenschützen: www.maennel.at

ÖSB.
Sitzung des Bundes-
schützenrates.

Unter Leitung von Bundesoberschützenmeister DDR. Herwig van Staa fand am 16. September eine Sitzung des Bundesschützenrates in Innsbruck statt.

Neben verschiedenen Anträgen waren der Ausbau und die Finanzierung des Landeshauptschießstandes Innsbruck/Arzl und des Schießstandes St. Veit ein Themenschwerpunkt dieser Bundesschützenratssitzung. Es wurde beschlossen, den bereits im Umbau befindlichen Tiroler Landeshauptschießstand Arzl/Innsbruck zu einem Bundesleistungszentrum auszubauen. Damit soll eine moderne Schießstätte mit der Möglichkeit zur Austragung internationaler Wettkämpfe geschaffen werden. Der Ausbau des Kärntner Schießstandes in St. Veit zu einem Nachwuchsleistungszentrum wurde zum darauffolgenden Förderprojekt erklärt. Ein weiterer Punkt der Tagesordnung war der Beschluss über die ÖSB-Kadererstellung 2010 in den olympischen Disziplinen. Neben den Berichten des ÖSB-Generalsekretärs Mag. Florian Neururer stellten Kassier Peter Pasquali und Buchhalterin Solveig Bachmann die derzeit positive Finanzsituation des ÖSB vor. Mag. Tina Moser berichtete über den aktuellen Stand zu den Themen Sponsoring, ÖSB-Pool und dem Verbandsmagazin 10,9.

Bundessportleiter Armbrust.
Irsiegler tritt zurück.

Josef Irsiegler, seit März 2009 Bundessportleiter Armbrust, trat im September von seinem Amt zurück.

Aus persönlichen Gründen steht Josef Irsiegler der Sparte Armbrust als sportlicher Leiter nicht mehr zur Verfügung. Der Oberösterreicher legte sein Amt nach erfolgreicher Durchführung der Österreichischen Staatsmeisterschaften Armbrust in Innsbruck nieder. Derzeit wird die Sparte durch das erfahrene Duo Harald Lugmayr (Wien) und Manfred Hofbauer (Tirol) betreut, die das ÖSB-Team bereits bei der Armbrust-EM in Frankreich begleiteten. Entsprechend den Satzungen des ÖSB wird der neue Bundessportleiter in der Disziplin Armbrust in der kommenden Sitzung des Bundesschützenrates ernannt.



Josef Irsiegler

ÖSchO neu.
Österreichische
Schießordnung.

Die neue Österreichische Schießordnung (ÖSchO) ist seit 01.09.2009 in Kraft und gilt für alle nationalen Wettkämpfe in den ÖSB-Disziplinen.

Die mit der Neuformulierung der Österreichischen Schießordnung beauftragte Kommission verfasste diese unter Einbeziehung der aktuellen Änderungen des ISSF Reglements. Laut Umlaufbeschluss wurde die neu ausgearbeitete Version im August durch den Bundesschützenrat (BSR) bestätigt. Aufgrund der unterschiedlichen Anforderungen in den Sparten des ÖSB wurde in der vergangenen BSR-Sitzung zudem beschlossen, einige Punkte unter Einbeziehung aller Bundessportleiter neu zu diskutieren und eventuell notwendige Adaptationen zu veranlassen. Bis zu einer neuen Beschlussfassung behält die derzeitige Version der Österreichischen Schießordnung ihre Gültigkeit.

Die neue Österreichische Schießordnung gibt es zum Download auf der ÖSB-Website unter www.schuetzenbund.at.



ÖSB-Kader 2010.
Die Nominierten.

Folgende Athletinnen und Athleten sind durch ihre Leistungen in der Saison 2009 und die erbrachten Limits für den ÖSB-Kader 2010 in den olympischen Disziplinen Luftgewehr, Luftpistole, Kleinkalibergewehr und Feuerpistole nominiert.

ÖSB-KADER LUFTGEWEHR	
Stephanie Obermoser	Nationalmannschaft
Regina Time	A-Kader
Viktoria Hafner	A-Kader
Sonja Embacher	A-Kader
Caroline Loidl	A-Kader
Thomas Farnik	Nationalmannschaft
Mario Knögler	Nationalmannschaft
Christian Planer	Nationalmannschaft
Florian Kammerlander	A-Kader
Martin Strempl	A-Kader
Michael Podolak	B-Kader
Cornelia Enser	Junioren A-Kader
Nicole Oberhofer	Junioren A-Kader
Thomas Mathis	Junioren A-Kader
Bernhard Pickl	Junioren A-Kader
Lukas Kammerlander	Junioren B-Kader
Nikolaus Blamauer	Junioren B-Kader

Die Richtlinien zur Einstufung der ÖSB-Kader sowie die jeweiligen Ranglisten stehen auf der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at zur Einsicht und zum Download bereit.

ÖSB-KADER KLEINKALIBERGEWEHR	
Regina Time	A-Kader
Anna Heigl	A-Kader
Viktoria Hafner	B-Kader
Tamara Alt	B-Kader
Anna Zangerl	B-Kader
Katharina Metzler	B-Kader
Thomas Farnik	Nationalmannschaft
Mario Knögler	Nationalmannschaft
Christian Planer	Nationalmannschaft
Michael Podolak	A-Kader
Florian Kammerlander	B-Kader
Stefan Raser	B-Kader
Martin Mallaun	B-Kader
Lisa Ungerank	Junioren A-Kader
Alexandra Podpeskar	Junioren A-Kader
Katharina Neuwirth	Junioren B-Kader
Thomas Mathis	Junioren A-Kader
Andreas Rammner	Junioren A-Kader
Gernot Rumpler	Junioren A-Kader
Stefan Rumpler	Junioren A-Kader
Lukas Kammerlander	Junioren B-Kader

ÖSB-KADER LUFTPISTOLE	
Gretchen Ewen	B-Kader
Sylvia Steiner	B-Kader
Marion Weingand	B-Kader
Johannes Kröll	B-Kader
Anton Pallua	B-Kader
Christian Kirchmayer	Junioren A-Kader

ÖSB-KADER PISTOLE	
Gretchen Ewen	A-Kader
Giovanni Bossi	A-Kader
Thomas Glanzer	A-Kader
Thomas Havlicek	A-Kader
Roland Hödl	A-Kader
Wolfgang Psenner	A-Kader
Johannes Kröll	B-Kader
Heinz Költringer	B-Kader
Christian Kirchmayer	Junioren A-Kader



Olympiateilnehmer Hubert Garschall und Lothar Heinrich beim Länderkampf der Heeresauswahlen 1973 in Budapest (Rauner, Garschall, Heinrich, Supancic, Waldegger)



Olympiamedaillengewinner Gerhard Petritsch (Mitte) und Olympiateilnehmer Hermann Sailer (re) mit H.P. Schmid bei den Europameisterschaften 1975 in Madrid

Die sportlichen Erfolge der ÖSB-Athleten.

Österreichs Sportschützen bei Olympia – Teil 2 1972–2008

Autor: MedR Dr. Friedl Pezzei
Fotos: Bildarchiv MedR Dr. Friedl Pezzei

STECKBRIEF:

Name: **Med.-Rat Dr. Friedl Pezzei**
Laufbahn: U.a. Facharzt für Chirurgie, ehem. Leiter der Unfallchirurgie, Krankenhaus Zams (Tirol), ärztl. Betreuer mehrerer Nationen bei intern. Veranstaltungen von 1952 bis 1968, Gründungsmitglied sowie Ehrenmitglied des ÖSB und des Tiroler Landesschützenbundes
Sportschießen: u.a. Teilnahme an den Olympischen Spielen 1948 in London und mehreren intern. Wettkämpfen



Als Fortsetzung zum Bericht in der 10,9-August-Ausgabe gibt Dr. Friedl Pezzei auch dieses Mal wieder einen Überblick über die Teilnahmen und Erfolge der österreichischen Sportschützen bei den Olympischen Spielen. Die Kommentare des erfahrenen Sportschützen und ehemaligen ÖSB-Teamarztes liefern interessante Insider-Details über die Geschehnisse.

Bei den Olympischen Sommerspielen in der Zeit von 1972 bis 2008 holten die ÖSB-Athleten insgesamt sieben Medaillen für Österreich. Darunter waren zwei Athleten, nämlich Rudolf Dollinger und Wolfram Waibel jun., die gleich zweimal Edelmetall mit nach Hause brachten.

1972	MÜNCHEN	
Schießen	8 Schießbewerbe, 71 Nationen, 396 Teilnehmer	
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	freie Pistole 50m (59 Teilnehmer), Kleinkaliber liegend (101 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Kombination (84 Teilnehmer), Schnellfeuerpistole (60 Teilnehmer)	
Österreichs Teilnehmer	Dr. Dollinger Rudolf (T), Fröschl Karl (OÖ), Garschall Hubert (NÖ), Loacker Guido (V), Petritsch Gerhard (S), Waibel Wolfram sen. (V)	
Betreuer	DI Schattleitner Fritz (ST), Klerings Hermann (W)	
Erfolge	Bronzemedaille Dr. Dollinger Rudolf (T), freie Pistole 50m Petritsch Gerhard (S) 8. Platz, Schnellfeuerpistole	
Kommentar	Die Olympischen Spiele 1972 in München waren überschattet durch einen Terroranschlag mit Toten und Verletzten.	

1976	MONTREAL	
Schießen	60 Nationen, 344 Teilnehmer	
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	freie Pistole 50m (47 Teilnehmer), Kleinkaliber liegend (78 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Stellungen (84 Teilnehmer), Schnellfeuerpistole (48 Teilnehmer)	
Österreichs Teilnehmer	Dr. Dollinger Rudolf (T), Garschall Hubert (NÖ), Krimbacher Gerhard (T), Petritsch Gerhard (S), Waibel Wolfram sen. (V)	
Erfolge	Bronzemedaille Dr. Dollinger Rudolf (T), freie Pistole 50m Petritsch Gerhard (S) 7. Platz, Schnellfeuerpistole	
Kommentar	Dollinger erreichte in zwei aufeinanderfolgenden Olympischen Spielen im selben Bewerb die gleiche Medaille. In Montreal war dies die einzige Medaille der gesamten österreichischen Olympiamannschaft! Nach vorläufigen Aufzeichnungen ging 1976 ein Schwede als Drittplatzierter schon durch die Welt- presse. Erst nach regulärer Endauswertung stand jedoch Österreichs Gewinn der Bronzemedaille fest.	

1980	MOSKAU	
Schießen	52 Nationen, 302 Teilnehmer	
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Schnellfeuerpistole 25m (40 Teilnehmer), Kleinkaliber liegend (56 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Stellungen (39 Teilnehmer), freie Pistole (56 Teilnehmer)	
Österreichs Teilnehmer	Petritsch Gerhard (S), Rainer Hannes (W), Sailer Hermann (T), Waibel Wolfram sen. (V)	
Betreuer	DI Schattleitner Fritz (ST), Lecaks Horst (ST)	
Erfolge	Bronzemedaille Petritsch Gerhard (S), Schnellfeuerpistole 25m	
Kommentar	In Moskau kam es zu einem Teilboykott der Nationen. Petritsch gewann die Bronzemedaille erst nach 3(!)-maligem Stechen um den zweiten Platz wegen Ringgleichheit. Dies war eine enorme Nervenbelastung und noch dazu hatte ihn während der letzten entscheidenden Serie ein Insekt in ein Ohr gestochen. Nach kurzer Irritation schoss er deshalb nur eine Neun. Trotzdem ein großartiger Erfolg!	



Olympiateilnehmer Karl Fröschl (re) mit Martin Rid bei der ÖSTM KK 1966 in Landeck

1984	LOS ANGELES
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr 10m (53 Teilnehmer), Kleinkaliber liegend (71 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Stellungen (51 Teilnehmer), Schnellfeuerpistole (56 Teilnehmer), freie Pistole (56 Teilnehmer), Kleinkaliber Kombination Frauen (27 Teilnehmerinnen), Luftgewehr (53 Teilnehmer)
Österreichs TeilnehmerInnen	Bauer Karin (S), Heinrich Lothar (K), Krimbacher Gerhard (T), DI Kronthaler Andreas (NÖ), Petritsch Gerhard (S), Schweighofer Vinzenz (OÖ), Sinnhuber Gudrun (S)
Betreuer	DI Schattleitner Fritz (ST), Lecaks Horst (ST), Kustermann Gottfried (BAY)
Erfolge	Silbermedaille DI Kronthaler Andreas (NÖ), Luftgewehr 10m; Die Leistungen der übrigen Österreicher lagen im Mittelfeld.
Kommentar	<i>Zum ersten Mal war das Schießen mit Luftdruckwaffen in Erscheinung getreten. Die Salzburgerin Karin Bauer war die erste Frau, die für Österreich bei Olympischen Spielen im Sportschießen startete.</i>

Olympiateilnehmerin Christine Strahalm mit Ehemann BSPL Hans Strahalm bei den Weltmeisterschaften 1982 in Caracas, Venezuela



1988	SEOUL
Schießen	68 Nationen, 403 Teilnehmer
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr Männer (49 Teilnehmer), Luftgewehr Frauen (45 Teilnehmerinnen), Luftpistole Männer (46 Teilnehmer), Luftpistole Frauen (37 Teilnehmerinnen), Kleinkaliber liegend Männer (54 Teilnehmer), Kleinkaliber Kombination Männer (47 Teilnehmer), Kleinkaliber Kombination Frauen (37 Teilnehmerinnen), Schnellfeuerpistole (32 Teilnehmer), Sportpistole Frauen (35 Teilnehmerinnen), freie Pistole Männer (43 Teilnehmer)
Österreichs TeilnehmerInnen	Baldessarini Sylvia (T), Deuring Albert (V), Deuring Dorothea (V), Gufler Hannes (T), Heinrich Lothar (K), Hierzer Hans (ST), Krasser Horst (ST), Sailer Hermann (T), Strahalm Christine (K), Tröger Barbara (S)
Betreuer	Lecaks Horst (ST)
Erfolge	Strahalm Christine (K) 8. Platz, Luftpistole Baldessarini Sylvia (T) 9. Platz, Luftgewehr

Olympiateilnehmer Thomas Farnik (Mitte) und Dorothea Deuring (li) als Jungschützen bei der ÖSTM KK 1984 in Innsbruck



1992	BARCELONA
Schießen	85 Nationen, 440 Teilnehmer
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr Männer (44 Teilnehmer), Luftgewehr Frauen (45 Teilnehmerinnen), Luftpistole Frauen (47 Teilnehmerinnen), Kleinkaliber liegend Männer (52 Teilnehmer), Kleinkaliber Kombination Männer (51 Teilnehmer), Sportpistole Frauen (41 Teilnehmerinnen)
Österreichs TeilnehmerInnen	Farnik Thomas (NÖ), Kubala Jana (W), Waibel Wolfram sen. (V), Waibel Wolfram jun. (V)
Betreuer:	Wenger Franz (S), Strahalm Hans (ST)
Erfolge	Farnik Thomas (NÖ) 6. Platz, Luftgewehr Waibel Wolfram jun. (V) 11. Platz, Luftgewehr Waibel Wolfram jun. (V) 11. Platz, Kleinkaliber liegend
Kommentar	<i>Mit Waibel Wolfram senior und junior gingen in Barcelona Vater und Sohn an den Start!</i>

1996	ATLANTA
Schießen	100 Nationen, 421 Teilnehmer
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr Männer (44 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Stellungen Männer (45 Teilnehmer), Kleinkaliber liegend Männer (52 Teilnehmer)
Österreichs Teilnehmer	Farnik Thomas (NÖ), Grabner Dieter (V), Waibel Wolfram jun. (V)
Betreuer	Kronberger Günther (NÖ)
Erfolge	Silbermedaille Waibel Wolfram jun. (V), Luftgewehr Bronzemedaille Waibel Wolfram jun. (V), KK 3 Stellungen
Kommentar	<i>Die kleinste Delegation, der größte Erfolg! Ein Schütze aus Österreich erreichte in zwei verschiedenen Bewerben je eine Medaille. Zur Goldmedaille fehlten nur 0,5 Ringe. Österreich war damit in der Nationenwertung an 16. Stelle.</i>



Olympiateilnehmer Mario Knögler in jungen Jahren mit Franz Wenger beim Österr. Jugendcup 1998 in Salzburg

2000	SYDNEY
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr Männer (48 Teilnehmer), Luftgewehr Frauen (49 Teilnehmerinnen), Kleinkaliber liegend Männer (54 Teilnehmer), Kleinkaliber 3 Stellungen (44 Teilnehmer)
Österreichs Teilnehmer	Farnik Thomas (NÖ), Haselsberger Monika (T), Knögler Mario (OÖ), Waibel Wolfram jun. (V)
Betreuer	Rieser Rudolf (S), Schrempf Dr. Wilhelm (ST)
Erfolge	Knögler Mario (OÖ) 9. Platz, Luftgewehr Knögler Mario (OÖ) 9. Platz, Kleinkaliber liegend Haselsberger Monika (T) 9. Platz, Luftgewehr
Kommentar	<i>In Sydney zog Waibel Wolfram jun. als Fahnenträger bei der Eröffnungsfeier ein. Mit den drei 9. Plätzen haben Knögler und Haselsberger die Qualifikation der besten Acht um Millimeterbreite verpasst.</i>

2004	ATHEN
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Kleinkaliber 3 Stellungen Männer (40 Teilnehmer), Luftgewehr Männer (47 Teilnehmer), Luftgewehr Frauen (44 Teilnehmerinnen), Kleinkaliber liegend Männer (46 Teilnehmer)
Österreichs Teilnehmer	Farnik Thomas (NÖ), Haselsberger Monika (T), Knögler Mario (OÖ), Planer Christian (T), Waibel Wolfram jun. (V)
Betreuer	Ing. Böck Siegfried, Dr. Schrempf Wilhelm (ST)
Erfolge	Bronzemedaille Planer Christian (T), Kleinkaliber 3 Stellungen Farnik Thomas (NÖ) 6. Platz, Kleinkaliber 3 Stellungen
Kommentar	<i>Bis zur letzten Serie stand Emmons (USA), der bereits die Goldmedaille im KK Liegendbewerb errang, als Sieger fest. Da passierte ihm ein Kreuzschuss und in der Folge bekam er zwei Ringe Abzug. Er fiel auf den 8. Platz zurück. Christian Planer fehlten 1,7 Ringe zur Goldmedaille – so eng lag die Spitze bei diesem Bewerb zusammen.</i>

2008	PEKING
Schießen	17 Bewerbe
Schießbewerbe mit österreichischer Beteiligung	Luftgewehr Männer, Kleinkaliber liegend Männer, Kleinkaliber 3 Stellungen
Österreichs Teilnehmer	Farnik Thomas (NÖ), Knögler Mario (OÖ), Planer Christian (T)
Betreuer	Mag. Neururer Florian (T), Bichler Hubert (BAY)
Erfolge	Farnik Thomas (NÖ) 10. Platz, Luftgewehr Farnik Thomas (NÖ) 5. Platz, Kleinkaliber 3 Stellungen Knögler Mario (OÖ) 6. Platz, Kleinkaliber 3 Stellungen
Kommentar	<i>Österreich war die einzige Nation mit zwei Teilnehmern im 3-Stellungs-Finale.</i>



Christian Kirchmayer.

Der Pistolenjunior im Gespräch mit 10,9.

Interview: Mag. Tina Moser
Fotos: ÖSB

Christian Kirchmayer ist der derzeit erfolgreichste Nachwuchssportler der österreichischen Pistolenschützen. Bei seinen bisherigen internationalen Einsätzen wies er eine aufsteigende Form auf und hat inzwischen einige Topplatzierungen bei internationalen Wettkämpfen zu verzeichnen. Im Gespräch mit 10,9 gibt der 19-Jährige Auskunft über seine sportliche Laufbahn.

10,9: Du bist derzeit Österreichs bester Junior im Pistolenbereich. Was waren deine bisher größten Erfolge?

CK: Zu meinen größten Erfolgen zählt sicherlich der Sieg beim diesjährigen Alpencup mit der 25m Sportpistole, bei dem ich mit 575 Ringen neuen österreichischen Rekord geschossen habe. Beim gleichen Event habe ich zudem den 3. Platz mit der Luftpistole und ebenfalls neuen österreichischen Rekord erreicht. Ein weiterer großer Erfolg war der Grand Prix in Pilsen, bei dem ich mich zwei Mal mit der Luftpistole für das Finale qualifizieren konnte.

10,9: Wann und wie bist du zum Schießsport gekommen?

CK: Mit zwölf Jahren wollte ich das Schießen einfach einmal ausprobieren und bin in einen Verein gegangen. Der Schießsport hat mich gereizt, weil ich mit meinem Vater, der Jäger ist, früher ab und zu am Schießstand war und mich Waffen zudem sehr interessieren. Dort hat mich dann Gretchen Ewen, meine jetzige Trainerin, angesprochen und gemeint, ich solle doch bei ihr mit einem regelmäßigen Training beginnen.

10,9: Hast du Vorbilder im Schießsport?

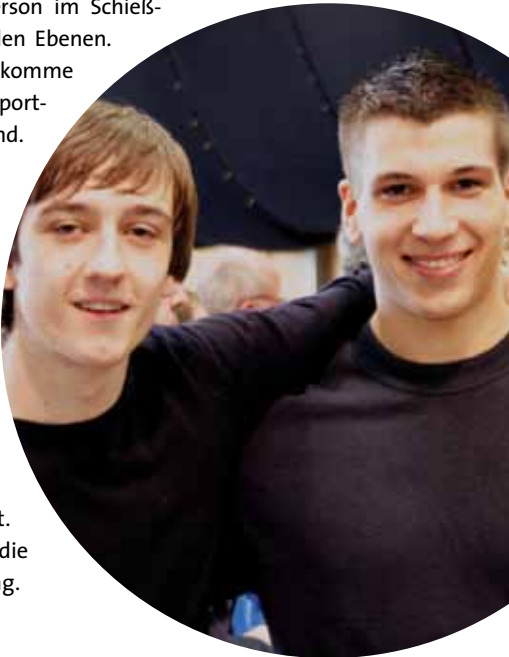
CK: Vorbilder direkt habe ich keine, aber es gibt einige Athleten, die mich faszinieren. Der Russe Nestrujev ist ein außerordentlicher Athlet, aber auch der Schweizer Junior Lukas Grunder, der schon fast alles gewonnen hat, was es im Juniorenbereich zu gewinnen gibt.

10,9: Wer waren und sind die wichtigsten Förderer in deiner sportlichen Laufbahn?

CK: Meine Trainerin Gretchen Ewen. Sie war und ist für mich die wichtigste Bezugsperson im Schießsport und fördert mich auf allen Ebenen. Finanzielle Unterstützung bekomme ich zudem durch die Spitzensportförderung des Landes Burgenland.

10,9: Leider ist das österreichische Juniorenteam bei den Pistolenschützen zahlenmäßig nicht sehr stark. Woran liegt das deiner Ansicht nach?

CK: Da grundsätzlich wenige Junioren mit der Pistole schießen, fühlen sich auch weniger neue davon angesprochen, als dies beispielsweise im Gewehrbereich der Fall ist. Zudem fehlt auch bei vielen die richtige Einstellung zum Training.





Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier.



Bilder: EM-Osijek 2009
und ÖSTM Wolfsberg 2009



10,9: Ist die fehlende Konkurrenz im eigenen Land für dich ein Nachteil bei der Vorbereitung auf die internationale Wettkampfsaison?

CK: Das Training wäre sicher oft leichter, wenn ich mit Gleichaltrigen auf meinem Leistungsniveau schießen könnte. Es würde die Motivation am Training erhöhen und die Wettkämpfe müsste ich nicht als einziger Junior besuchen. Außerdem würde es durch den permanenten Vergleich auch den Ehrgeiz fördern.

10,9: Welchen Stellenwert hat der Sport in deinem Leben?

CK: An erster Stelle steht momentan für mich die Ausbildung, an zweiter Stelle das Schießen, danach kommt Kraft- und Ausdauersport und dann das Treffen von Freunden. Ich bin derzeit im zweiten Lehrjahr zum Immobilienkaufmann. Wenn ich die Lehre abgeschlossen habe, ist es mein Ziel, ins HSZ zu kommen, um dort mehr Zeit zum Training zu haben.

10,9: Was sind deine sportlichen Ziele für die nahe und fernere Zukunft?

CK: In der nächsten Saison möchte bei den IWKs vorne mit dabei sein. Außerdem habe ich das Ziel, mich für die EM in Norwegen zu qualifizieren und dort ins Finale zu kommen. Für die WM in München 2010 möchte ich mich ebenfalls qualifizieren und ein Ergebnis unter den Top 20 schießen. Langfristig habe ich die Teilnahme an den Olympischen Spielen im Visier. 2012 ist möglicherweise noch zu früh, aber 2016 ist schon realistisch.

10,9: Was wünschst du dir für die Zukunft?

CK: Ich würde mir mehr Trainingsmöglichkeiten mit anderen Junioren, bspw. auch im Ausland, wünschen. Zudem hoffe ich, dass der Schießsport in Zukunft in der Öffentlichkeit bekannter und beliebter wird und die Schützen als Leistungssportler angesehen werden.

Der Schießsportexperte im Portrait.

Foto: Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier

Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier ist jener Name, der immer wieder dann fällt, wenn es um Themen rund um Technik und Psyche im Schießsport geht. Als ausgebildeter Trainer, Sportpsychologe, Autor und Designer bzw. Entwickler von Ausrüstungselementen hat er sein gesamtes berufliches Leben dem Sportschießen verschrieben. Namhafte nationale und internationale Topschützen wie unter anderem der Goldmedaillengewinner von Peking 2008, Abhinav Bindra, schwören auf die Kompetenz des erfahrenen 54-jährigen Westfalen und werden von ihm betreut.

Neben seiner Trainer- und Autorentätigkeit ist Heinz Reinkemeier auch sehr an der Entwicklung des Schießsports interessiert. Besonders das Problem des mangelnden Nachwuchses ist dem Psychologen ein Anliegen:

„Während die größeren Kaliber zu Nischendisziplinen schrumpfen und leider auch das Kleinkaliber an Bedeutung verliert, wird das Luftgewehr zunehmend aktueller. Die Waffengesetze in Europa lassen noch genügend Raum. Kosten und Aufwand für diese ‚sanfte‘ Form des Schießens bleiben annehmbar. Trotz zunehmender Beliebtheit dieser Disziplin ist aber etwas zu tun. Davon zeugen nicht nur in Deutschland tieferrote Zahlen im Bereich der Schüler und Jugendlichen. Gefragt ist der Verein als örtlicher Anbieter von Freizeit und Schießsport, der durch zusätzliche Formen des Schießens den Jugendlichen Spaß und die Möglichkeit zur Begegnung bieten sollte. Wichtig in diesem Zusammenhang sind besonders auch die Jugendbetreuer, die für ihren schwierigen Job im Verein motiviert und unterstützt werden müssen.“



Als Autor hat Reinkemeier bereits sieben Bücher zum Sportschießen geschrieben, mehrere Lehrvideos gedreht und Artikel in verschiedenen Fachzeitschriften veröffentlicht.

Sein aktuelles Buch „Luftgewehr Schießen 2010“ ist zur Deutschen Meisterschaft im August 2009 erschienen. Die komplett überarbeitete und aktualisierte Neuauflage des Bestsellers „Luftgewehr-Schießen“ gilt nicht nur als Standardwerk für die Trainerausbildung, sondern ist auch ein empfehlenswertes Nachschlagewerk für jeden interessierten Anfänger, Fortgeschrittenen und Meister. Auf über 200 Seiten wird von äußerem und innerem Anschlag sowie Bewegungsabläufen über Fitness und Psyche bis hin zu Ausrüstungstipps und Trainingssteuerung das gesamte Thema Luftgewehrschießen beleuchtet und anhand von Fotos internationaler Topschützen, Zeichnungen und Grafiken näher erläutert.

„Das Luftgewehrschießen bewegt uns alle, weil irgendwann einmal das klappen könnte, was ja eigentlich in Reichweite scheint. Für jeden Schützen mag dieses Ziel ganz anders aussehen, die Gesetze der Annäherung sind aber für alle gleich: Aufwärts geht es, wenn deine Vorarbeit stimmt und wenn du im Rausch des Wettkampfes auf deiner Linie bleibst. Wie das funktioniert, verrät das Buch „Luftgewehr Schießen 2010“.“

Das Buch „Luftgewehr Schießen 2010 – Lehr- und Übungsbuch zum sportlichen Schießen mit dem Luftgewehr“ ist unter anderem im MEC Online-Shop unter www.shop.mec-shot.de zum Preis von 44,80 Euro erhältlich.



ISSF World Cup Finale.

Wuxi, China.

Fotos: Mario Knögler, Christian Planer

EVENT: 50M RIFLE 3 POSITIONS MEN																	
DATE: 28.10.2009																	
Rank	Name	Nat	P1	P2	P3	P4	St1	St2	St3	St4	Kn1	Kn2	Kn3	Kn4	Sum	Final	Total
1	EMMONS Matthew	USA	99	100	99	99	97	97	98	98	98	96	98	98	1177	100,3	1277,3
2	HAN Jinseop	KOR	100	99	100	99	99	99	98	95	99	99	96	97	1180	94,6	1274,6
3	BAKKEN Ole Magnus	NOR	100	99	100	100	96	97	98	96	98	100	99	97	1180	90,0	1270,0
9	KNÖGLER Mario	AUT	99	93	98	99	92	99	97	97	97	98	96	96	1161		

P = Prone, St = Standing, Kn = Kneeling

Den diesjährigen Saisonabschluss in der internationalen Gewehr- und Pistolen-Saison bildete das ISSF World Cup Finale in Wuxi (China). Der Oberösterreicher Mario Knögler belegte bei seinem Start im 50m-Gewehr-Dreistellungsmatch den 9. Rang.

Durch seine Topplatzierungen in der abgelaufenen ISSF Weltcup-Saison gelang es Mario Knögler (Oberösterreich), sich für den Start in der Disziplin 50m Gewehr Dreistellung beim Weltcup-Finale in China zu qualifizieren. Knöglers persönliches Ziel bei diesem Wettkampf war es, das Finale der besten acht zu erreichen. Durch eine 93er-Serie in der zweiten Liegend-Serie verlor der 30-Jährige zwar den Anschluss an das Feld. Mit fortschreitendem Wettkampf kam er allerdings mit den ungewohnten Windbedingungen immer besser zurecht und kämpfte sich wieder zurück unter die Top Ten. Schlussendlich reichte es zu Platz 9. „Ich bin mit meiner Leistung zufrieden. Den angestrebten Finaleeinzug habe ich mir letztendlich nur durch die zweite Serie im Liegend-Anschlag verbaut“, resümiert der Oberösterreicher seinen Einsatz beim Weltcup-Finale. Mit den Medaillengewinnern Matthew Emmons (USA), Jinseop Han (China) und Ole Magnus Bakken (Norwegen) haben wohlbekannte Athleten dieses Dreistellungsmatch für sich entscheiden und sich damit selbst einen krönenden Saisonabschluss beschern können.

Knögler qualifizierte sich in dieser Saison als einziger ÖSB-Athlet in den Gewehr- und Pistolendisziplinen für das ISSF Weltcup-Finale in Wuxi. Grund dafür war die zu Beginn der Saison durch BSPL Margit Melmer und BSPL Siegfried Schöberl, Bundestrainer Thomas Farnik und ÖSB-Generalsekretär Mag. Florian Neururer festgelegte Fokussierung des gesamten Trainings- und Wettkampfaufbaus auf die Europameisterschaften 2009, die zweifellos erfolgreich für die Österreicher verliefen. Besonders die herausragenden Leistungen des ÖSB-Nachwuchses bei den internationalen Wettkämpfen in den vergangenen Monaten lassen in den kommenden Jahren auf eine starke ÖSB-Mannschaft an der Weltspitze der olympischen Schießsport-Disziplinen hoffen.

linke Seite: Mario Knögler beim ISSF World Cup Finale in Wuxi (China)

Die Ergebnisse im Detail gibt es auf der ISSF-Website www.issf-shooting.org.

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW UNDER 21 WOMEN							NUMBER OF PARTICIPANTS: 13		
DATE: 02.10.2009									
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	Sum	Final	Total
1	DUVAL Aurélie	FRA	97	100	96	98	391	96	487
2	ROY Marie	FRA	95	95	98	97	385	98	483
3	ENSER Cornelia	AUT	95	94	96	98	383	93	476

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW WOMEN						NUMBER OF PARTICIPANTS: 23			
DATE: 01.10.2009									
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	Sum	Final	Total
1	GRAZIOTIN Sandra	FRA	96	96	100	98	390	98	488
2	SUSHKO Anna	RUS	99	99	97	96	391	97	488
3	CHUARD Christine	FRA	98	99	97	97	391	94	485
15	UNTERTRIFALLER Eva	AUT	94	95	99	97	385		
19	TIME Regina	AUT	94	96	96	96	382		
21	PEER Franziska	AUT	93	93	95	96	377		

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW UNDER 21 MEN						NUMBER OF PARTICIPANTS: 10		
DATE: 02.10.2009								
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	Sum	Final Total
1	REICHHUBER Stefan	GER	99	96	97	95	387	98 485
2	NASS Stefan	GER	97	95	97	97	386	97 483
3	D'HALLUIN Michael	FRA	98	96	97	95	386	95 481
9	MÜHLEHNER Andreas	AUT	95	90	93	94	372	
10	WAKOLBINGER Thomas	AUT	92	91	92	91	366	

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW MEN						NUMBER OF PARTICIPANTS: 25					
DATE: 30.09.2009											
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	5	6	Sum	Final	Total
1	SIDI Péter	HUN	99	98	100	98	98	100	593	99	692
2	KUZNETSOV Stanislav	RUS	96	98	97	96	99	99	585	97	682
3	SHCHEDRIN Sergey	RUS	98	94	97	99	97	98	583	97	680
13	LAMPL Thomas	AUT	98	98	97	93	99	96	581		
20	KRISTANDL Manfred	AUT	95	93	95	97	96	94	570		
23	BICHLER Markus	AUT	94	95	93	94	97	92	565		

EVENT: 30M MATCH CROSSBOW UNDER 21						NUMBER OF PARTICIPANTS: 14					
DATE: 30.09.2009											
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	5	6	Sum	Final	Total
1	FUCHS Adrian	SUI	93	93	93	97	97	90	563	90	653
2	SCHNEIDER Andreas	SUI	94	85	92	95	94	96	556	91	647
3	REICHHUBER Stefan	GER	93	91	95	92	87	95	553	92	645
7	MÜHLEHNER Andreas	AUT	89	88	90	91	94	96	548	88	636
8	WAKOLBINGER Thomas	AUT	90	91	90	92	90	91	544	88	632

EVENT: 30M MATCH CROSSBOW OPEN CLASS										NUMBER OF PARTICIPANTS: 20		
DATE: 03.10.2009												
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	5	6	Sum	Final	Total	
1	SIDI Péter	HUN	96	94	99	97	95	96	577	96	673	
2	KUZNETSOV Stanislav	RUS	97	95	90	97	97	98	574	94	668	
3	BEYELER Irene	SUI	96	94	94	98	97	97	576	90	666	
12	PEER Franziska	AUT	93	91	96	94	91	98	563			
15	LAMPL Thomas	AUT	93	95	91	96	92	94	561			
17	BICHLER Markus	AUT	94	89	96	92	95	92	558			

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW UNDER 21 TEAM					NUMBER OF TEAMS: 4	
DATE: 02.10.2009						
Rank	Team				Nat	Sum
1	D'HALLUIN Michael	DUVAL Aurèlie	ROY Marie		FRA	1162
2	MEYER Rainer	NASS Stefan	REICHHUBER Stefan		GER	1156
3	EBNÖTHER Stefan	FUCHS Adrian	SCHNEIDER Andreas		SUI	1127
4	ENSER Cornelia	MÜHLEHNER Andreas	WAKOLBINGER Thomas		AUT	1121

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW WOMEN TEAM					NUMBER OF TEAMS: 6	
DATE: 01.10.2009						
Rank	Team				Nat	Sum
1	CHUARD Christine	DUPERRON Myriam	GRAZIOTIN Sandra		FRA	1171
2	AUMANN Sylvia	KORBER Sandra	WEISSENFELD Katharina		GER	1164
3	BEYELER Irene	GUIGNARD SCHNYDER S.	ZAHND Monika		SUI	1160
5	PEER Franziska	TIME Regina	UNTERTRIFALLER Eva		AUT	1144

EVENT: 10M MATCH CROSSBOW MEN TEAM					NUMBER OF TEAMS: 7	
DATE: 30.09.2009						
Rank	Team				Nat	Sum
1	LORETZ Stephan	MÜLLER Beat	POFFET Marco		SUI	1754
2	MAIER Oliver	NEUMANN Peter	WALLOWSKY Jürgen		GER	1746
3	KAMENSKIY Alexey	KUZNETSOV Stanislav	SHCHEDRIN Sergey		RUS	1745
7	BICHLER Markus	LAMPL Thomas	KRISTANDL Manfred		AUT	1716

EVENT: 30M MATCH CROSSBOW OPEN CLASS TEAM					NUMBER OF TEAMS: 7	
DATE: 02.10.2009						
Rank	Team			Nat	Sum	
1	BEYELER Irene	EBNÖTHER Jürg	GUIGNARD SCHNYDER S.	SUI	1725	
2	KAMENSKIY Alexey	KUZNETSOV Stanislav	SHCHEDRIN Sergey	RUS	1717	
3	HRESCAK Izidor	MARKOJA Robert	ORAZEM VRŠIC Renata	SLO	1705	
6	BICHLER Markus	LAMPL Thomas	PEER Franziska	AUT	1676	



European Championship Match Crossbow. Thaon-les-Vosges, Frankreich.

Fotos: Harald Lugmayr

Vom 29. September bis 3. Oktober fanden in Thaon-les-Vosges (Frankreich) die diesjährigen Europameisterschaften in den 10m und 30m Match-Armbrustbewerben statt. Für Österreich waren insgesamt neun Athletinnen und Athleten am Start. Edelmetall für das österreichische Team holte die Juniorin Cornelia Enser.

Die ÖSB-Armbrust-EM-Mannschaft, darunter die frisch gebackenen Österreichischen Staatsmeisterinnen und Staatsmeister Eva Untertrifaller (Tirol), Franziska Peer (Tirol), Markus Bichler (Tirol) und Thomas Lampl (Niederösterreich) sowie das Betreuerteam Harald Lugmayr (Wien) und Manfred Hofbauer (Tirol), fuhrten mit einigen Medaillenhoffnungen nach Frankreich. Der ersehnte Podestplatz sollte allerdings nur der Juniorin Cornelia Enser gelingen. Im 10m Armbrustbewerb der unter 21-Jährigen sorgte die Oberösterreicherin für eine tolle Überraschung im österreichischen Team. In einem spannenden Finalschießen konnte Enser die knapp hinter ihr liegende Konkurrenz auf Abstand halten und holte sich Bronze. Gold und Silber gingen an die Französinnen Aurélie Duval und Marie Roy. Für Enser war die Armbrust-EM in diesem Jahr bereits der zweite Europameisterschaftseinsatz. Bei der Luftdruckwaffen-EM in Prag konnte sie sich eine Finalplatzierung im Luftgewehrbewerb der Juniorinnen sichern. In den weiteren Disziplinen dieser Match-Armbrust-Europameisterschaft platzierte sich das österreichische Team mit den erzielten Resultaten im Mittelfeld der internationalen Konkurrenz.

ganz oben: Cornelia Enser; oben: ÖSB-EM-Mannschaft; unten: Cornelia Enser mit Harald Lugmayr und Manfred Hofbauer

Alle Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at.

Vorderlader-Europameisterschaft. Valencia, Spanien.

Fotos: BSPL Karl-Heinz Baumgartner, Robert Szuppin

Die vom internationalen Verband der Vorderlader-Schützen M.L.A.I.C. (Muzzle Loaders Associations International Committee) ausgerichteten 13. Europameisterschaften wurden in der Zeit vom 7. bis 12. September in Valencia (Spanien) durchgeführt. 29 Vorderlader-Schützinnen und -Schützen haben sich aus österreichischer Sicht für diese EM qualifiziert und überzeugten in Valencia mit einer geschlossen starken Leistung.

Bei den diesjährigen Vorderlader-Europameisterschaften kämpften 17 Nationen mit 291 Schützinnen und Schützen bei insgesamt 1.345 Einzelstarts um die Titel und Medaillen. Nach anfänglichen Unstimmigkeiten der teilnehmenden Nationen mit dem Auswertungskomitee kam es dann doch zu einer Einigung und schlussendlich zu einer gelungenen Veranstaltung mit einem versöhnlichen Ausgang für das österreichische Team. Die österreichischen Schützinnen und Schützen überzeugten mit hervorragenden Leistungen. So trat die Mannschaft nach einer äußerst erfolgreichen Wettkampfwoche mit insgesamt 15 errungenen Medaillen – darunter 2-mal Gold, 9-mal Silber und 4-mal Bronze – die Heimreise an.

oben: Eröffnungsfeier mit der Darstellung eines Kampfes im 18. Jhdt.; 1: Gold für Österreich; 2: Egon Kollarik; 3: ÖSB-Team vor der Eröffnungsfeier

Alle Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at und unter www.mlaic.org/results.htm.

MEDAILLEN IN DEN 25M BEWERBEN			
Platz	Name	Disziplin	Ergebnis
2.	WAGNER Herbert	Steinschlosspistole „Replika“	93
2.	FASCHING Werner	Luntenschlosspistole „Replika“	92
3.	KOLLARIK Egon	Perkussionspistole „Replika“	97
1.	LEHNER Karl PLATTNER Leopold KOLLARIK Egon	Perkussionspistole „Replika“ Team	285
2.	WAGNER Herbert	Perkussionsrevolver „Original“	95
3.	WAGNER Herbert KOLLARIK Egon LEHNER Karl	Perkussionspistole „Original“ Team	285
2.	FASCHING Werner KOLLARIK Egon WAGNER Herbert	Perskussionsrevolver „Replika“ Team	280

MEDAILLEN IN DEN 50M BEWERBEN			
Platz	Name	Disziplin	Ergebnis
1.	KOLLARIK Egon	Perkussionsrevolver (Remington)	181
2.	KOLLARIK Egon	Perkussionsrevolver (Donald Malsen)	87
2.	GASSNER Andreas PRINZ Franz HANDL Andreas	Perkussionsgewehr (stehend) Team	292

MEDAILLEN IN DEN 100M BEWERBEN			
Platz	Name	Disziplin	Ergebnis
2.	HANDL Andreas	Steinschlossgewehr „Replika“ (liegend)	92
3.	GASSNER Andreas	Perkussionsgewehr „Replika“ (liegend)	97
2.	POTZMADER Wilhelm HANDL Andreas PRINZ Franz	Perkussionsgewehr (liegend) Team	285

MEDAILLEN IN DEN WURFSCHIEBEN-BEWERBEN			
Platz	Name	Disziplin	Ergebnis
2.	HINTERMAYR Helmut	Steinschlossflinte „Original“	41
3.	HINTERMAYR Helmut	Perkussionsflinte „Original“	44



CISM-Weltmeisterschaft.

Zagreb, Kroatien.

Fotos: BSPL Alfred Tauber, Obstlt Mag. Gerhard Köstner MSD

EVENT: 50M RIFLE 60 PRONE WOMEN			NUMBER OF PARTICIPANTS: 61						
DATE: 13.08.2009									
Rank	Name	Nat	1	2	3	4	5	6	Sum
1	CPL VORONOVA Anzela	EST	99	97	98	98	98	99	589
2	2LT NORMANN Anna	SWE	98	97	97	97	100	100	589
3	SSG PFEILSCHIFTER Sonja	GER	98	98	98	99	97	98	588
21	LGpl OBERMOSER Stephanie	AUT	97	98	97	96	95	98	581

EVENT: 50M RIFLE 3 POSITIONS 3X20 WOMEN						NUMBER OF PARTICIPANTS: 61			
DATE: 16.08.2009									
Rank	Name	Nat	P1	P2	St1	St2	Kn1	Kn2	Sum
1	SSG PFEILSCHIFTER Sonja	GER	98	100	98	99	99	99	593
2	SGT LECHNER Barbara	GER	100	98	93	97	99	96	583
3	ENS OMELIANENKO Nataliia	UKR	100	100	93	95	97	98	583
23	LGpl OBERMOSER Stephanie	AUT	96	97	96	97	90	95	571

P = Prone, St = Standing, Kn = Kneeling

EVENT: 300M STANDARD RIFLE 3X20 MEN					NUMBER OF PARTICIPANTS: 42				
DATE: 13.08.2009									
Rank	Name	Nat	P1	P2	St1	St2	Kn1	Kn2	Sum
1	CAPT PUUSTINEN Jussi	FIN	100	99	96	95	97	96	583
2	GEND GRAFF Cyril	FRA	98	99	94	97	97	97	582
3	MAJ HOUSSEIN Amgad	EGY	98	100	93	98	97	96	582
14	MCpl KNÖGLER Mario	AUT	99	99	93	92	98	99	580
16	CPL RASER Stefan	AUT	100	99	91	92	97	99	578
29	CPL KAMMERLANDER Florian	AUT	99	98	90	91	96	97	571

P = Prone, St = Standing, Kn = Kneeling

EVENT: 300M MILITARY RAPID FIRE RIFLE 3X20 MEN					NUMBER OF PARTICIPANTS: 43				
DATE: 16.08.2009									
Rank	Name	Nat	P1	P2	St1	St2	Kn1	Kn2	Sum
1	SGT BERG Vebjorn	NOR	98	100	96	91	97	93	575
2	CPL KAMMERLANDER Florian	AUT	95	98	93	93	96	97	572
3	PVT SCHAFTER OLIVIER	SUI	99	100	87	94	96	95	571
13	MCpl KNÖGLER Mario	AUT	99	99	84	89	94	97	562
18	CPL RASER Stefan	AUT	96	99	86	90	93	95	559

P = Prone, St = Standing, Kn = Kneeling

EVENT: 300M STANDARD RIFLE 3X20 MEN TEAM				NUMBER OF TEAMS: 31	
DATE: 12.08.2009					
Rank	Team			Nat	Sum
1	PVT MÜLLER Marco	SGT BÜRGE Marcel	PVT SCHAFTER Olivier	SUI	1738
2	WO DEBEVEC R.	WO MARKOJA Robert	SSGT ZISKO Dusan	SLO	1726
3	SGT BERG Vebjorn	SGT WEAR Hans K.	LT BERG-KNUTSEN E.	NOR	1725
5	MCpl KNÖGLER M.	CPL KAMMERLANDER F.	CPL RASER Stefan	AUT	1720

EVENT: 300M MILITARY RAPID FIRE RIFLE 3X20 MEN TEAM				NUMBER OF TEAMS: 31	
DATE: 15.08.2009					
Rank	Team			Nat	Sum
1	SGT BERG Vebjorn	SGT WEAR Hans K.	LT BERG-KNUTSEN E.	NOR	1708
2	SNLT HAKKINEN H.	LT TOLONEN Kimmo	CAPT PUUSTINEN Jussi	FIN	1681
3	SFC UPTAGRAFFT E. A.	SSG AYALA Armando R.	SGT MCPHAIL Michael D.	USA	1679
4	MCpl KNÖGLER M.	CPL KAMMERLANDER F.	CPL RASER Stefan	AUT	1679

1: Vizeweltmeister Kpl Florian Kammerlander; 2: Chief of Mission Obstlt Mag. Köstner MSD, Kpl Raser, Trainer Gewehr Vzlt Tauber, MilAtt Bgdr Mag. Sausgruber, Kpl Kammerlander, OCR GenMjr Mag. Pucher, Gfr Obermoser, Zgf Knögler, Wm Költringer, Vzlt Pavlis, Vzlt Proksik, Trainer Pistole Vzlt Liebminger, Mannschaftsführer MjrdG MMag Schlegel (v.l.); 3: Gewehrtrainer Vzlt Alfred Tauber, Vizeweltmeister Kpl Florian Kammerlander; 4: Official CISM Representative GenMjr Mag. Pucher

Die 44th World Military Shooting Championships wurden in diesem Jahr von 10. bis 17. August in Zagreb (Kroatien) ausgetragen. Das österreichische Team durfte neben einigen Topplatzierungen eine Silbermedaille durch Kpl Florian Kammerlander feiern.

Mehr als 320 Soldatinnen und Soldaten aus 44 Nationen, darunter großteils Schützinnen und Schützen auf Weltklasseniveau, nahmen an den diesjährigen Weltmeisterschaften im militärischen Schießen in Zagreb teil.

In den 3x20 Standardgewehrbewerben blieben die österreichischen Athleten hinter ihren hohen Erwartungen in Einzel- und Teamwertung zurück und konnten sich im Mittelfeld platzieren.

Mit seiner Silbermedaille im Bewerb 3x20 Militärisches Schnellfeuergewehr machte Kpl Florian Kammerlander (Tirol) jedoch seinem Team alle Ehre. In der Mannschaftswertung mit Zgf Mario Knögler (Oberösterreich) und Kpl Stefan Raser (Oberösterreich) verpassten die Österreicher das ersehnte Edelmetall äußerst knapp. Bei Ringgleichheit mit den USA mussten sie sich mit dem undankbaren 4. Rang zufrieden geben.

Die Tirolerin Gfr Stephanie Obermoser schoss bei ihrer zweiten WM-Teilnahme persönliche Bestleistungen und konnte sich mit einem 21. und einem 23. Rang im Mittelfeld der internationalen Konkurrenz einordnen.

Die Pistolenmannschaft, angeführt von Routinier Vzlt Karl Pavlis, der sich wie Wm Heinz Költringer in beiden Bewerben für das Finale qualifiziert hat, konnte im Zentralfeuer mit dem 6. Rang einen Achtungserfolg erzielen.

Die CISM-Weltmeisterschaft 2010 wird in Rio de Janeiro stattfinden.



Alle Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at oder auf www.cism-milspport.org unter „Sports“.

EVENT KALENDER INTERNATIONAL

EVENTKALENDER INTERNATIONAL

27.11. - 29.11.2009	LÄNDERVERGLEICHSKAMPF LAUFENDE SCHEIBE	WIESENTHAL (GER)
12.12. - 13.12.2009	CHRISTMAS CUP LAUFENDE SCHEIBE	SUHL (GER)
13.01. - 17.01.2010	IWK LUFTDRUCKWAFFEN	PILSEN (CZE)
13.01. - 17.01.2010	IWK LUFTDRUCKWAFFEN	RUSE (SLO)
27.01. - 30.01.2010	IWK LUFTDRUCKWAFFEN	MÜNCHEN (GER)
22.01. - 25.01.2010	IWK LAUFENDE SCHEIBE	SUHL (GER)

Verlass dich darauf!

Salzburg AG

Dass gebündelte
Kraft zum Erfolg führt.

Kontinuierliche Weiterentwicklung und harte Arbeit brachten dich, Lupo, an die Spitze deiner Leistungskraft. Zu deinen bisherigen Erfolgen gratuliert dir dein Sponsoringpartner.

Die Salzburg AG denkt mit. **Und vor.**
www.salzburg-ag.at | Serviceline 0800 / 660 660

Sportmedizin.

Sportschießen und Krafttraining.

Autor: Ao. Univ.-Prof. Dr. Helmut Hörtnagl
Fotos: ÖSB

In der letzten Ausgabe von 10,9 ging Dr. Helmut Hörtnagl in seinem Artikel auf den Bewegungsapparat in Bezug auf die Schießleistung ein. Im folgenden Abschnitt vertieft der Experte das Thema und macht auf die Bedeutung der Entwicklung einer ausgewogenen Bewegungskoordination, einer ausgeglichenen Haltemuskulatur, einer ausreichenden sportartspezifischen Muskulatur und eines stabilen Gleichgewichtes beim Sportschießen aufmerksam.

Das Nebeneinander von statischer und dynamischer Muskularbeit stellt einen äußerst komplizierten Vorgang dar. Sowohl die statische Haltearbeit für den ruhigen Anschlag als auch die dynamische Bewegungsarbeit für den Abzugsvorgang werden vom Zentralnervensystem aus koordiniert. Die Schwierigkeit besteht darin, dass nur die Muskeln des Abzugsfingers eine entsprechende Feinmotorik aufweisen müssen, während die übrige Muskulatur – auch die der anderen Finger – unbeweglich bleiben muss. Daraus ergibt sich, dass sowohl das Halten als auch das Abziehen vorerst getrennt voneinander trainiert werden muss. Erst wenn sich diese beiden Vorgänge ausreichend automatisiert haben, kann eine sinnvolle Koordination von Halten und Abziehen stattfinden. Einmal falsch eingeübte Bewegungsabläufe sind erfahrungsgemäß sehr schwer wieder abzustellen.

Geht das Gleichgewicht der Kräfte aller an der Haltung beteiligter Muskeln durch einseitiges spezielles Training verloren, muss ein gezielter Muskelaufbau angestrebt werden. Dazu ist regelmäßige Gymnastik aller Muskelgruppen (Füße, Unter- und Oberschenkel, Gesäß, Bauchdecke, Rücken, Schultergürtel, Arme) zu empfehlen. Dabei ist auf eine sinnvolle Zusammenstellung von gymnastischen Übungskomplexen zu achten, die Kräftigungsübungen mit Lockerung, Mobilisation und Dehnung der Antagonisten verbinden.

Sind die Grundlagen für die spezielle Entwicklung geschaffen, können leistungsbestimmende physische Fähigkeiten, vor allem sportartspezifische Kraft und Kraftausdauer mit technikspezifischen Bewegungsabläufen trainiert werden. Die Waffe selbst zählt in dieser Phase zum wichtigen Trainingsgerät. Um einseitige Muskelentwicklung zu vermeiden, soll das Trockentraining auch auf der anderen Seite durchgeführt werden. Ein derartiges Training der Haltearbeit ist mindestens an jedem zweiten Trainingstag einzuplanen und es darf auch weiterhin nicht auf entsprechende gymnastische Übungen danach vergessen werden. Es gilt natürlich für jedes Training, dass mit Beenden der Trainingsphase die antrainierte Leistung nicht ohne Training weiter aufrechterhalten werden kann.

Dies gilt auch für ein Krafttraining an speziellen Geräten im Fit-

nessraum. Damit können alle Muskelgruppen (in der Regel 10 bis 12 Geräte) gezielt trainiert werden.

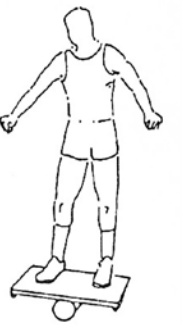
In den ersten Wochen kommt es bei jedem Krafttraining durch Üben zu einer Verbesserung der intramuskulären Synchronisation. Durch Lernprozesse des Zentralnervensystems werden bei einer Belastung mehr motorische Einheiten aktiviert und dadurch kommt es zu einer Verbesserung der Kraftleistung, ohne dass sich dabei die Struktur der Muskelfasern ändert.

Das Fortsetzen eines angemessenen Krafttrainings führt dann durch Anpassung an den Trainingsreiz zum Wachstum der Muskelzellen und damit zu einem höheren Muskelquerschnitt und einer höheren Kraftentfaltung. Bei gleichem Kraftbedarf, z.B. bei der Haltearbeit, werden weniger motorische Einheiten aktiviert, die Kraftleistung ist leichter zu bewältigen.

Die Muskelzellen wachsen, wenn innerhalb von 8 bis 15 Wiederholungen ermüdungsbedingt keine weitere Kontraktion mehr möglich ist. Dementsprechend ist bei den Geräten im Fitnessraum das Gewicht so zu wählen, dass damit etwa 8 bis 15 Wiederholungen von jeweils 4 bis 6 Sekunden Dauer bis zur völligen Ermüdung geschafft werden (1 Satz), wobei mit 2 x 1 Satz pro Woche pro Muskelgruppe begonnen wird und dann auf 2 x 2 Sätze gesteigert wird. Auch hierbei gilt, dass der nicht mehr beanspruchte Muskel nach Aufhören des Trainings oder bei Immobilität nach Verletzung sehr rasch seine antrainierte Leistung verliert.

Ein weiterer leistungsbestimmender Faktor scheint auch die Fähigkeit im Bereich der sensomotorischen Körperkoordination zu sein. Dies ergab eine von der Medizinischen Kommission des ÖSB veranlasste Untersuchung bei Univ.Prof.

Dr. F. Fetz am Institut für Sportwissenschaften in Innsbruck. Dabei fielen die getesteten ÖSB-Kaderschützen durch ein hohes Gleichgewichtsniveau beim Stabilometertest auf, bei dem vorrangig das statische Gleichgewicht beansprucht wurde.

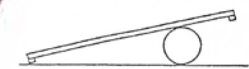
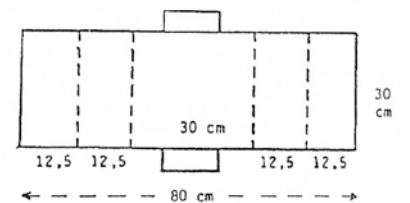


Aufgrund eines Zusammenhanges der Testergebnisse mit den jeweiligen persönlichen Schießleistungen wurde je nach Werten ein Behaltens- oder ein Aneignungstraining empfohlen. Dazu haben sich Übungen mit dem Rollbrett (siehe Abbildung 1), auf dem die Gleichgewichtserhaltung durch genau dosierte Belastungsverteilung auf beiden Beinen trainiert wird, als geeignet erwiesen.

Auch wenn es inzwischen diesbezüglich aufwändige Geräte gibt, besticht das vorgeschlagene Rollbrett durch seine Einfachheit. Jeder Athlet kann sich ein solches Trainingsgerät selbst basteln (siehe Abbildung 2).

Da ein Trainingsaufwand von 3 bis 5 Minuten pro Woche bereits eine Verbesserung bringt, kann jeder ein derartiges Training versuchen. Aufgrund der Größe eignet sich das Rollbrett auch dazu, auf Reisen mitgenommen zu werden, um vor dem Wettbewerb einen Teil des Aufwärmprogramms darauf zu absolvieren.

Wie wichtig der Bewegungsapparat für die Schießleistung ist, zeigt eine in der Deutschen Schützenzeitung veröffentlichte Untersuchung. Die Drehung des Kopfes beim Halte-, Ziel- und Abzugsvorgang führt vor allem bei Abnutzungserscheinungen oder Veränderungen an den Halswirbeln häufig zu Verspannungen der Nackenmuskulatur – besonders dann, wenn diese Muskulatur nicht ausreichend gekräftigt wurde. Dies hat wiederum eine Reizung des peripheren wie vegetativen Nervensystems zur Folge und die Halswirbelsäulenarterien können eingeeengt oder geknickt werden. Dadurch ist eine optimale Durchblutung einzelner Gehirnareale gefährdet.



Ausblick: In der nächsten Ausgabe von 10,9 wird Ao.Univ. Prof. Dr. Helmut Hörtnagl auf den Einfluss einer Erhöhung der allgemeinen Leistungsfähigkeit des Organismus (Ausdauerleistungsfähigkeit) auf die Atemtechnik und die Kreislaufregulation beim Sportschießen eingehen.

Biomechanik.

Dynamische Wechselwirkung zwischen Sportgerät und Sportler.

Autoren: DI Gabriele Schachinger, DI Heinz Neuburger, Sabine Gelautz

Die Autoren DI Gabriele Schachinger, DI Heinz Neuburger und Sabine Gelautz vertiefen in diesem Artikel ihre Untersuchungen zu den dynamischen Wechselwirkungen zwischen Sportgerät und Schütze und gehen dabei auf den Athleten ein.

Sport ist dynamisch, daher grundsätzlich mit Bewegung verbunden. Dennoch existieren in einer Vielzahl von Sportarten Situationen, in denen der Athlet für kurze oder längere Zeitabschnitte in relativer Ruhe verharrt. So auch der Schütze.

Ja, „Stabile Stellung“ ist das A und O im Schießsport! Im Wesentlichen handelt es sich hierbei um die Erreichung eines optimalen Verbundes des Sportlers mit dem Sportgerät und der Maximierung seiner Standfestigkeit.

Beim Begriff Standfestigkeit geht es um die Sicherung eines stabilen Gleichgewichtes (GLG), denn ein Körper ist so lange „standfest“,

solange er sich in einem stabilen GLG-Zustand befindet. Für statisch stabiles GLG muss die Summe der auf ihn wirkenden Kräfte Null sein sowie ebenfalls die Summe aller angreifenden Drehmomente. Das heißt, ihre Wirkungen heben sich gegenseitig auf.

Bild o Der Mensch ist kein starrer Körper. Er besteht aus Teilmassen, die über Gelenke fest, aber beweglich miteinander verbunden sind. (Am Rande bemerkt, deswegen aber nicht minder relevant, nur über Muskelaktivität ist es möglich, ein stabiles GLG einzunehmen und dieses auch über einen längeren Zeitpunkt aufrechtzuerhalten. Wichtig hierbei ist die Ausgewogenheit der Belastungsverteilung.)

Bild 1A Für die Praxis wesentlich ist in diesem Zusammenhang die sogenannte Aufstandsunterstützungsfläche, jene projizierende Fläche, die von den Unterstützungspunkten/-flächen eines Körpers eingegrenzt wird. Beim stehenden Schützen wird sie begrenzt durch die Bodenkontaktfußflächen.

Bild 1B, 1C Solange sich der projizierte Gesamtmassenmittelpunkt (Sportschütze + Gerät) innerhalb der Unterstützungsfläche befindet, steht der Athlet stabil. Ziel in Hinsicht auf eine Optimierung der Standfestigkeit muss es sein, den projizierten Gesamtmassenmittelpunkt in die Mitte der Unterstützungsfläche zu bringen. (Der Massenmittelpunkt wird populär oft Schwerpunkt genannt.)

Bild 1D Aktiv beeinflusst werden kann dies durch Hauptbestimmungsgrößen der Standfestigkeit: das geometrische (Kippwinkel), das energetische (Hubhöhe) und das dynamische Maß.

Bild 2A Für jeden leicht erkennbar, dass eine größere Standfläche und eine tiefe Lage des Massenmittelpunkts einen größeren sog. Kippwinkel induzieren und somit eine höhere Standfestigkeit gegeben ist. Dieses Faktum spricht für einen breiteren Stand (in anatomisch sinnvollen Grenzen), da dadurch der Massenmittelpunkt abgesenkt werden kann. Die Standfläche ist durch unsere Fußgröße festgelegt. Eine Vergrößerung der Standfläche ist daher nur bedingt unter Einhaltung des Reglements möglich.

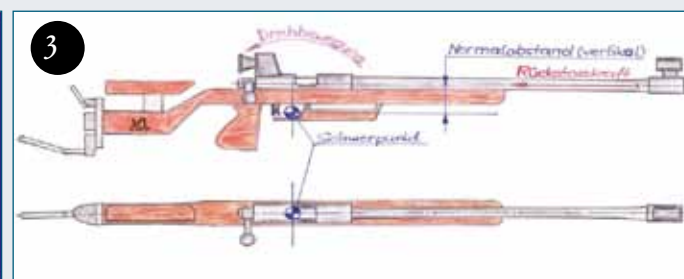
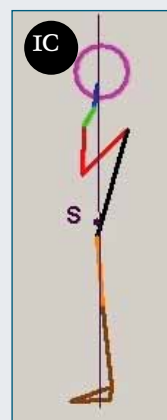
Bild 2B Je weiter sich der Gesamtmassenmittelpunkt der Kipkante nähert, je weiter er sich aus der Mittellage entfernt, desto instabiler sind wir, desto mehr müssen unsere Muskeln Ausgleichsarbeit leisten (Bild 2b: proj. Massenmittelpunktslage rot bzw. blau). Dies lässt sich durch körperliches Training und richtige Ernährung beeinflussen (adipöse Figur ist nicht förderlich!) und andererseits durch ein optimiertes Sportgerät.

Hierbei ist zu berücksichtigen, dass im Zuge der inneren Schussentwicklung, aufgrund des Gasdruckes im Lauf, eine physikalische Rückwirkung auf das Sportgerät auftritt, die als Rückstoß bezeichnet wird. Im Rahmen der technischen Mechanik werden darunter genauer Rückstoßimpuls, Rückstoßenergie und Rückstoßkraft verstanden und zur Beschreibung der auftretenden Phänomene verwendet. Wegen der Allgemeinverständlichkeit wird in dieser Ausführung der Begriff Rückstoßkraft bevorzugt.

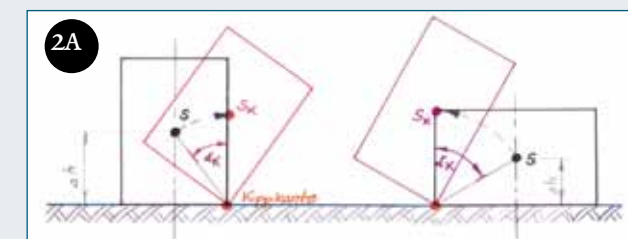
Bild 3 In Bild 3 ist die Rückstoßkraft als in der Laufseele wirkende Kraft dargestellt. Der Massenmittelpunkt des betrachteten Gewehrs liegt – in konstruktionsbedingter Lage – neben der Wirkungslinie der Rückstoßkraft. Betrachtet man das Gewehr für sich alleine, resultiert daraus eine Drehbewegung, von der das „Springen“ der Mündung meist am stärksten wahrgenommen wird. (Beim Billard erzeugt – in analoger Weise – ein am Mittelpunkt der Kugel vorbeiführender Stoß den beabsichtigten Spin.)

Im Grundriss ist ein längssymmetrischer Aufbau des Gewehres – mit in Konsequenz der Lage des Massenmittelpunktes in der Symmetrieebene – angenommen. Die Rückstoßkraft würde bei dieser Massenkonfiguration keine Drehbewegung bewirken. Andernfalls ergibt die resultierende Massenmittelpunktslage eine horizontale Drehbewegungstendenz des Gewehrs (ohne „angekoppelte“ Masse des anschlagenden Schützen) durch die Rückstoßkraft.

Durch Änderung der Massenverteilung des Gewehrs kann die Drehbewegung als Reaktion auf die Rückstoßkraft vermieden werden.



In Bild 3 ist zu sehen, dass die Wirkungslinie der Rückstoßkraft im Allgemeinen nicht durch den Schwerpunkt der Waffe verläuft. Dabei wurde bei der dargestellten Geometrie angenommen, dass der Schwerpunkt – im Grundriss zu sehen – in der vertikalen Symmetrieebene des Gewehrs liegt.



STECKBRIEF:

Name: Prof. Ing.-Paed. IGIP Dipl.-Ing. Gabriele Schachinger
geb.: 1967
Wohnort: Wien
Tätigkeit: Engineer (Lehre, selbstständige Entwicklung und Beratung), staatlich geprüfte Trainerin

Name: Prof. Dipl.-Ing. Heinz Neuburger
geb.: 1951
Wohnort: Wien

Tätigkeit: Engineer (Lehre, selbstständige Entwicklung und Beratung)

Name: Sabine Gelautz
geb.: 1968
Wohnort: Klagenfurt

Tätigkeit: Sportmanagerin, IT-Leistungsdiagnostikerin, Lehrwart, Europacup- und Weltmeisterschaftsteilnehmerin Armbrust

Disziplin: Armbrust, Luftgewehr und Kleinkalibergewehr
Website: www.i-gs.at

Ausblick: Die Fortsetzung folgt in der nächsten Ausgabe von IO.9.

Techniktraining mit Heinz Reinkemeier.

Muskulatur und Spannung.

Text und Bild:
Auszug aus dem Buch
„Luftgewehrschießen
2010“ von Dipl. Psych.
Heinz Reinkemeier

Im folgenden Auszug aus dem Buch „Luftgewehrschießen 2010“ behandelt Schießsportexperte Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier das Thema **Spannung** und geht dabei auf **Muskulatur, Handlung, Präzision und die Spannungsregulierung unter Druck** ein.

Die Motoren

Immer, wenn sich im menschlichen Körper etwas bewegt oder Haltung annimmt, dann sind Muskeln am Werke. Zellen, die sich verkürzen und wieder dehnen und die dabei Kraft erzeugen. Die „willkürlichen“ Muskeln steuern wir bewusst. Sie sind für die Bewegung unserer Gliedmaßen verantwortlich und sorgen für Fortbewegung und alle möglichen Tätigkeiten.

Unwillkürliche Muskeln werden autonom oder reflexartig gelenkt. Unser Verdauungssystem basiert auf ihren Aktivitäten. Aber auch die Iris des Auges reagiert auf wechselnden Lichteinfall über quasi automatische Reflexe. Sobald zusätzliches Licht auf die Netzhaut fällt, verengt sich der Ring. Nachlassende Helligkeit dehnt die Öffnung wieder.

Die Ausführung und die Präzision unserer Bewegungen sind von der Kraft und der Ausdauer eines Muskels sowie von der Qualität seiner Steuerung abhängig. Das Training einer Bewegung stärkt die beteiligten Muskeln, verbessert ihre Versorgung und erhöht die Empfindlichkeit ihrer Steuerung.

Je häufiger und konzentrierter eine Bewegung ausgeführt wird, desto eleganter läuft sie ab. So sieht man einem Schützen schon aus weiter Entfernung an, auf welchem technischen Niveau er sich etwa befindet. Während sich ein Anfänger beim Laden und Einsetzen noch ungeschickt verhält, gehen dem Meister diese Abläufe weitaus geschmeidiger von der Hand.

An einem Schuss sind nahezu sämtliche Muskeln des Körpers beteiligt: die großen „Muskelpakete“ der Arme, Beine und des Rumpfes, dazu die feingliedrigen Hände und der auf äußerste Präzision angelegte Zeigefinger. Das Auge wird von mehreren zarten Motoren in die richtige Position gedreht, ein letzter Lidschlag befeuchtet die Bindehaut. Die Pupillenöffnung passt sich im Sekundenakt den Lichtverhältnissen an, während die immer tätigen Herzmuskeln den Bluttransport aufrecht erhalten.

Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer sind in den meis-

ten Sportarten entscheidend. Hinzu kommt die „Geschicklichkeit“ oder Koordination, die bei der Eleganz einer Gymnastikfigur oder beim Treffen eines Balls gefordert ist.

Das Stehend-Schießen ist dagegen eine koordinative Sportart mit einem merkwürdigen Ziel: Weder kraftvoll noch schnell oder ausdauernd soll sich der Körper bewegen, auch die Eleganz ist nebensächlich. Die ideale „Bewegung“ ist die maximale Ruhe, der weitgehende Stillstand des Gewehrs in Zielrichtung. Hinzu kommt eine einzige aktive Bewegung, nämlich das Auslösen des Ventils. Diese Regung muss äußerst fein sein, damit sie die Ruhe nicht stört. **Bild 1**

Abgeschlossen wird der Schuss mit einer Betätigung der Gesichtsmuskulatur. 27 Muskeln müssen angespannt werden, um den zweifelten Ausdruck nach einer 9,9 zu erzeugen. Für das Grinsen nach einem Volltreffer reicht einer. Allein aus Gründen der Ökonomie ist es deshalb vorzuziehen, möglichst voll in die Mitte zu schießen ...

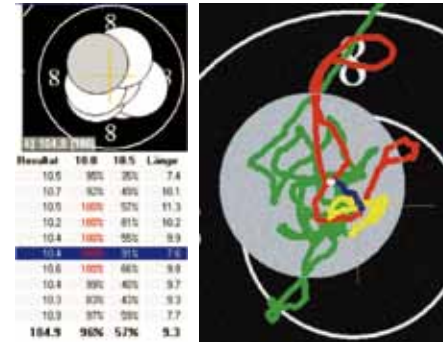
Die Bewegungen des Schusses lassen sich in drei Abschnitte gliedern. Der Aufbau des Anschlags, also die Arbeitsgänge vom Anheben der Waffe bis zum Zielbeginn, dient der Ausrichtung des Gewehrs auf das Zentrum. Dieser Arbeitsgang ist mit größerem Aufwand verbunden, die gesamte Skelettmuskulatur wird in Anspruch genommen.

Gutes Einsetzen bringt Gewehr und Körper bei jedem Anschlag in eine weitgehend gleiche Position. Dabei sollte möglichst wenig Kraft aufgewandt werden, die Haltung selbst soll bequem und balanciert sein.

Das **Einsetzen** wird abschließend genauestens auf das Scheibenzentrum abgestimmt. Große und kleinere Abweichungen werden schrittweise korrigiert, bis die Waffe spannungsfrei im Zentrum ruht (Nullpunktkorrektur).

Beim **Halten** kommt es darauf an, die Waffe im Zentrum möglichst stabil und ruhig zu fixieren. Messen lässt sich „Ruhe“ im Zeitalter der Zielwegerfassung recht genau und anschaulich anhand der SCATT-Kurve und der sie beschreibenden Parameter. Der Schuss im Bild ist außergewöhnlich ruhig, weil sich die gelbe Kurve, also der Halteraum in der letzten Sekunde vor dem Auslösen, konstant im Innenzehner aufhält. In Zahlen ausgedrückt, bedeutet dies 100% in der 10.0 und 91% in der 10.5. Die Geschwindigkeit der Bewegung in diesen Flächen wird als Länge der gelben Kurve angegeben. Sie beträgt im Beispiel 7,6 Millimeter. **Bild 2**

aufs Korn genommen



2

hend eine Leistung der Wahrnehmung (Zielen), der Entscheidungsfindung (Konzentration) und der Reaktion.

Die Umsetzung des Entschlusses ist dann wieder Muskelsache. Einmal sollte die Regung des Zeigefingers auf das Präziseste erfolgen (Auslösen), zum anderen sollten sämtliche übrigen Muskeln absolut unbeteiligt bleiben. Das ist leicht gesagt, erfordert bis zur Perfektion aber Jahre und ständig eiserne Disziplin.

Muskelfunktionen

Wie bereits erörtert, ist die allgemeine Fitness für die Funktionstüchtigkeit deiner Muskeln wichtig. Regelmäßiges Ausdauertraining und Gymnastik sorgen für die nötige Spannkraft und Beweglichkeit der Stränge. Vorsicht gilt gegenüber dem speziellen Krafttraining, wie es in manchen Sportstudios vermittelt wird. Ein übermäßiger Kraftzuwachs schafft unnötige „Muskelpakete“, die einem guten äußeren und inneren Anschlag im Wege stehen und außerdem schwer zu versorgen und zu koordinieren sind.

Stretching dagegen wärmt deine Muskeln vor dem Schießen an. Du erhöhst gleichzeitig die Empfindlichkeit für die bevorstehenden Steuerungen. Einige Anschläge in Sportkleidung vor dem Probeschießen bereiten dich auf die spezielle Haltung vor. Balance, Atmung und Spannungsverhältnisse werden dabei eingestimmt, die Konzentration erhöht.

Jozef Gönci und viele asiatische Schützen bereiten sich vor einem Wettkampf im Umkleidebereich oder in einer stillen Ecke des Standes durch Trockenanschlüsse vor. Damit ist die Muskelempfindung schon bei den ersten Probeschüssen weitgehend im Lot, was wiederum die Selbstsicherheit beim Einstieg erhöht. Wer Startschwierigkeiten hat, sollte mit dieser Möglichkeit experimentieren.

Spannungszustände

Die Ruhe im Anschlag ist wesentlich vom Ausmaß und von der Ausgewogenheit der herrschenden Muskelspannungen abhängig.

Perfektes **Auslösen** ist durch zwei Eigenschaften zu charakterisieren. Es sollte im Zentrum geschehen und mit möglichst geringen „Störimpulsen“ verbunden sein. Den richtigen Punkt zu erwischen, ist weitge-

Ein guter Anschlag ist stabil und unbewegt, weil die Spannungen auf ein Minimum reduziert sind und weil die verbleibenden Kräfte sich gegenseitig aufheben.

Diese idealen Spannungsverhältnisse werden im Training mühsam austariert. Wenn das Gewehr ruhig steht, dann sind die Spannungen niedrig und im Gleichgewicht. An „unruhigen Tagen“ sind die Grundspannungen meist höher. Zum Beispiel weil du erschöpft oder unkonzentriert bist. Auch ein Fehler im äußeren Anschlag führt unmittelbar zu überhöhten Spannungen und damit zu einer Beunruhigung des Gewehrs. Klassisches Beispiel für diese Fehlerquelle ist der linke Oberarm. Wenn das Gewehr geringfügig unter der Scheibe steht, ziehst du die Oberarmmuskeln leicht an, um die



Mündung zu heben. Diese Spannung ist kaum spürbar, führt aber sofort zu einem erheblichen Anstieg der Bewegungen im Ziel. Abhilfe schafft die Korrektur des Nullpunktes. Dazu kann die Fuß-Stellung, die Haltung des Arms oder auch die Position der Schaftkappe geändert werden.

Solange du beim Probeschießen unruhig bist, solltest du nicht in die „Zählphase“ einsteigen. Ändere den Anschlag oder die Einstellung der Waffe, bis du die gewohnte Ruhe gefunden hast.

Spannende Ereignisse

Unsere Muskeln sind eng mit dem psychischen Erleben verknüpft. Wer sich im Einklang mit der Situation und mit sich selbst befindet, dessen Muskeln sind entspannt, gut durchblutet und exakt funktionstüchtig.

In erregenden Situationen ändert sich das recht deutlich. Die Skelettmuskulatur wird unter Spannung gesetzt, weil sich eine erhöhte Leistungsbereitschaft aufbaut. Auch Herz und Atmung beschleunigen sich, um den vermehrten Bedarf abzudecken und um weitere Steigerungen vorzubereiten. Diese allgemeine Mobilisierung ändert sich im Sekundentakt mit deinen Gedanken. Ein Schreck oder ein Signal kann Puls und Spannungen hochjagen. Lassen die Bedrohungen nach, sinken beide Werte.

Der Wettkampf ist ein typisches Beispiel für eine gedankliche Bedrohung. Obwohl dir niemand etwas Böses tut, stehen Erfolg oder Misserfolg in Aussicht. Aufgeregte Konkurrenten und Betreuer rundum stimulieren die allgemeine Verunsicherung. Auf die Startansage durch die Wettkampfleitung und auf den Übergang zum ersten Match-Schuss reagiert deshalb praktisch jeder Schütze mit



Bild 3: Nico Camprianis Oberkörper beim WC Mailand 2008 ist passiv „relaxed“, die rechte Hand fast weich und hängt.

einer deutlichen Steigerung der Erregung. Herz, Atmung und Muskeln beschleunigen ihre Tätigkeit, ohne dass diese Reserven benötigt würden. Ganz im Gegenteil, denn die erhöhte Drehzahl kann die ruhige Lage der Waffe ganz erheblich stören. Gegenmaßnahmen sind die Pause und ruhiges Durchatmen. Ein trockener Anschlag bringt die erstarrten Bewegungsabläufe wieder in Gang. Außerdem solltest du dich mit den Grundlagen des Entspannungstrainings beschäftigen, die dir in solchen Situationen wirklich helfen. Entscheidend sind allerdings die weiteren Gedanken, Handlungen und Ereignisse. Entschärfe solche Momente durch Aufmunterung („das machst du schon ...“) und durch exaktes Vorgehen. Ein paar Zehner in der Anfangsphase entschlacken die Nerven und entspannen die Muskeln dann auf natürlichem Wege. **Bild 3** Erfahrung im Umgang mit dem Wettkampf können allerdings auch deine Muskeln nur im Wettkampf sammeln. Je öfter du sie genau dort zur Raison gebracht hast, desto besser wirst du sie in Zukunft in Zaum halten können. Regelmäßiges Schießen unter höherem Druck ist das ideale Muskeltraining für den Schützen.

Das Buch *Luftgewehrschießen 2010* von Dipl. Psych. Heinz Reinkemeier ist seit August 2009 im Handel.



STECKBRIEF:

Name: **Dipl.-Psych. Heinz Reinkemeier**
 geb: 1955
 Wohnort: Drensteinfurt, Deutschland
 Beruf: Trainer, Sportpsychologe, Designer, Fotograf und Autor
 Veröffentlichte Titel: Vom Training des Schützen, Trainingsplan Luftgewehr, Wege des Gewehrs, Luftgewehr-Schießen, Gewehrtraining 2008, Leistungsplanung Gewehr 2010, Die Psyche des Schusses

Ausblick: Erfahren Sie in der nächsten Ausgabe von 10,9 weitere Techniktipps aus dem Buch „Luftgewehrschießen 2010“ von Heinz Reinkemeier – diesmal zum Thema Atmung.



Innsbruck.

ÖSTM und ÖM Kleinkalibergewehr.

Fotos: ÖSB

Vom 27. bis 29. August 2009 fanden in Innsbruck die diesjährigen Österreichischen Staatsmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften in den 50m Kleinkalibergewehr-Disziplinen statt. Der im Norden von Innsbruck mit wunderschönem Blick auf die Stadt gelegene Schießstand Arzl/Innsbruck wurde im Rahmen eines Umbaus rechtzeitig zu diesem Anlass mit neuesten elektronischen Messanlagen ausgestattet.

Neben dem frisch gebackenen Europameister in der Disziplin 50m Gewehr Liegend, Christian Planer (Tirol), kämpften Österreichs beste Kleinkalibergewehrschützinnen und -schützen um die Österreichischen Staats- und Meistertitel 2009. An insgesamt drei Wettkampftagen wurden in den 50m Kleinkalibergewehr Liegend- und Stellungsbewerben die Sieger in den Klassen der JungschützInnen, JuniorInnen, Frauen, Männer, Senioren I und Senioren II ermittelt.

Mit jeweils zwei Siegen in den Einzeldisziplinen stachen besonders der amtierende Europameister – und nun auch zweifache Staatsmeister 2009 – Christian Planer, der Junior Thomas Mathis (Vorarlberg) und die Jungschützlin Lisa Ungerank (Tirol) hervor. In der Medaillenwertung der Bundesländer führte Tirol mit insgesamt 29-mal Edelmetall klar vor Salzburg und Vorarlberg mit je 15 Medaillen.

Die von BSPL Margit Melmer und ihrem Team rundum gut organisierte Veranstaltung fand ihren Höhepunkt in der Siegerehrung und Eröffnungsfeier des umgebauten Schießstandes Arzl/Innsbruck am Freitag, den 28. August durch den Landesoberschützenmeister des Tiroler Landesschützenbundes Dr. Herbert Marschitz. Im Rahmen dieser Feierlichkeiten wurde Christian Planer als einer der erfolgreichsten Sportschützen Österreichs für seine Erfolge wie u.a. die Bronzemedaille bei den Olympischen Spielen in Athen und dem diesjährigen Europameistertitel das Goldene Sportehrenzeichen des Österreichischen Schützenbundes – die höchstmögliche Auszeichnung des ÖSB – verliehen.

Bilder linke Seite (von oben): Thomas Mathis, Lisa Ungerank, Gernot Rumpler, Stephanie Obermoser, Hedwig Huber, Tamara Alt, Christian Planer, Regina Time, Anna Zangler, BSPL Margit Melmer, Melanie Pichler, Regina Time

DIE ÖSTERREICHISCHEN STAATSMEISTERINNEN UND STAATSMEISTER 50M KLEINKALIBERGWEHR			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
TIME Regina	Oberösterreich, SV Puchheim	3x20 Frauen	669,5 *
PLANER Christian	Tirol, SG Ebbs	3x40 Männer	1158
PLANER Christian	Tirol	3x40 Männer Mannschaft	3420
KAMMERLANDER F. GUFLER Hannes			
HUBER Hedwig	Niederösterreich, SV Stockerau 1602	60 Liegend Frauen	587
OBERMOSER Stephanie	Tirol	60 Liegend Frauen Mannschaft	1744
HAFNER Victoria			
EMBACHER Sonja	Tirol, SG Ebbs	60 Liegend Männer	695,1*
PLANER Christian			
STEINLECHNER Joachim	Tirol	60 Liegend Männer Mannschaft	1759
KAMMERLANDER F.			

* Finalergebnis

DIE ÖSTERREICHISCHEN MEISTERINNEN UND MEISTER 50M KLEINKALIBERGWEHR			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
UNGERANK Lisa	Tirol, Zell am Ziller	3x20 Jungschützinnen	567
RUMPLER Gernot	Salzburg, Mittersill	3x20 Jungschützen	573
RUMPLER Gernot	Salzburg	3x20 Jungschützen Mannschaft	1698
PODPESKAR Alexandra			
ZANGERL Anna	Tirol, See	3x20 Juniorinnen	568
MATHIS Thomas	Vorarlberg, SG Hohenems	3x40 Junioren	1241,3 *
FINK Alois	Kärnten, LPSV Kärnten	2x30 Senioren I	564
HAFNER Erhard	Tirol	2x30 Senioren I Mannschaft	1647
ELLER Walter			
JESNER Martin	Salzburg, Rußbach	2x30 Senioren II	552
RONACHER Walter			
STADLOBER Bernhard	Steiermark	2x30 Senioren II Mannschaft	1603
JEZT Josef			
REINEGGER Heinrich	Tirol, Zell am Ziller	60 Liegend Jungschützinnen	588
UNGERANK Lisa		60 Liegend Jungschützen	591
RAMMLER Andreas	Salzburg	60 Liegend Jungschützen Mannschaft	1758
RUMPLER Gernot			
PODPESKAR Alexandra	Salzburg, Zell am See	60 Liegend Juniorinnen	581
PICHLER Melanie		60 Liegend Junioren	691,8*
MATHIS Thomas	Vorarlberg, SG Hohenems		
LACKNER Daniel	Kärnten	60 Liegend Junioren Mannschaft	1709
WASSERMANN René			
MAYERHOFER Jürgen	Wien, HSV	60 Liegend Senioren I	593
TAUBER Alfred			
SCHÖRG Robert	Wien	60 Liegend Senioren I Mannschaft	1761
SCHATZ Rudolf		60 Liegend Senioren II	582
REINEGGER Heinrich	Steiermark, Trofaiach		
JEZT Josef		60 Liegend Senioren II Mannschaft	1736
STADLOBER Bernhard			

* Finalergebnis

Alle weiteren Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at.

Eisenstadt.

ÖSTM und ÖM Pistole.

Fotos: BSPL Siegfried Schöberl, Gretchen Ewen, Johannes Schweinzer

DIE ÖSTERREICHISCHEN STAATSMEISTERINNEN UND STAATSMEISTER PISTOLE			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
KONZETT Hedy	Tirol, HSV-Absam	25m Pistole Frauen	765,7*
RHOMBERG Michaela PSENNER Isabella MEIER Rosa	Vorarlberg	25m Pistole Frauen Mannschaft	1645
SAILER Rudolf	Tirol, HSV-Absam	25m Schnellfeuerpistole Männer	759,3*
SAILER Rudolf LIEGL Günter BLATANCIC Mirko	Tirol	25m Schnellfeuerpistole Männer Mannschaft	1661
GLANZER Thomas	Steiermark, PSV Leoben	25m Standardpistole Männer	562
SAILER Rudolf BOSSI Giovanni BLATANCIC Mirko	Tirol	25m Standardpistole Männer Mannschaft	1676
KÖLTRINGER Heinz	Steiermark, HSSV Graz	25m Zentralfeuerpistole Männer	582
KÖLTRINGER Heinz GLANZER Thomas KEMETER Michael	Steiermark	25m Zentralfeuerpistole Männer Mannschaft	1713
PSENNER Wolfgang	Vorarlberg, HSV Vorarlberg	50m Pistole Männer	652,2*
PSENNER Wolfgang BERTSCH Thomas HÖDL Roland	Vorarlberg	50m Pistole Männer Mannschaft	1617

* Finalergebnis

DIE ÖSTERREICHISCHEN MEISTERINNEN UND MEISTER PISTOLE			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
KIRCHMAYER Christian	Burgenland, SSZ Burgenland Nord	25m Pistole Junioren	567
HANDLER Johann KATZMAYER Wilhelm	Burgenland, Union Eisenstadt	25m Pistole Senioren II	565
GRUBER Franz SCHWARZ Walter	Niederösterreich	25m Pistole Senioren II Mannschaft	1627
PUCHER Rainer	Steiermark, Kapfenberger SV	25m Schnellfeuerpistole Senioren I	543
HINTERBICHLER Herbert KLINGER Fritz SCHWARZ Johann	Salzburg	25m Schnellfeuerpistole Senioren I Mannschaft	1542
KIRCHMAYER Christian	Burgenland, SSZ Burgenland Nord	25m Standardpistole Junioren	556
HALDER Horst MACHO Friedrich HERZOG Erwin JURAK Albert	Vorarlberg, HSV Bregenz	25m Standardpistole Senioren I	552
MACHO Friedrich	Niederösterreich, SV Zwettl	25m Zentralfeuerpistole Senioren I	570
MACHO Friedrich GLASER Günter JURAK Albert	Niederösterreich	25m Zentralfeuerpistole Senioren I Mannschaft	1675
KIRCHMAYER Christian	Burgenland, SSZ Burgenland Nord	50m Pistole Junioren	627,4*
GLASER Günter	Niederösterreich, HSV Weitra	50m Pistole Senioren I	526
KALKBRENNER Alfred WAGNER Herbert HEMETSBERGER Jakob	Burgenland	50m Pistole Senioren I Mannschaft	1552

* Finalergebnis



Parallel zu den Österreichischen Staatsmeisterschaften für 50m Kleinkalibergewehr in Innsbruck wurden vom 27. bis 30. August 2009 die Österreichischen Staatsmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften für Pistole in Eisenstadt ausgetragen. Österreichs Pistolenschützinnen und -schützen kämpften in den Disziplinen 25m Schnellfeuerpistole, 25m Standardpistole, 25m Zentralfeuerpistole, 25m Pistole und 50m Pistole um die Titel und Medaillen.

Über 200 Athletinnen und Athleten aus ganz Österreich nahmen an den Österreichischen Staatsmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften in Eisenstadt teil. Nicht nur das hervorragende Wetter, sondern besonders auch die gute Organisation durch BSPL Siegfried Schöberl und Nachwuchstrainerin Gretchen Ewen mit Unterstützung ihres Organisationsteams sowie das Interesse von Medien (u.a. ORF) und Politikprominenz trugen zu einer rundum gelungenen Veranstaltung bei. Die großartigen Leistungen der Schützinnen und Schützen wurden durch den neuen österreichischen Rekord der Tiroler Mannschaft im 25m Schnellfeuerpistolen-Bewerb gekrönt. Angeführt durch das hervorragende Resultat des neuen Staatsmeisters in dieser Disziplin, Rudolf Sailer, erreichte die Mannschaft mit Günter Liegl und Mirko Blatancic insgesamt 1661 Ringe. Einen weiteren neuen österreichischen Rekord gab es durch den Junior Christian Kirchmayer, der in der Disziplin 25m Standardpistole mit überlegener Leistung seinen Titel holte. Mit insgesamt drei Goldmedaillen bei diesen Meisterschaften ist Kirchmayer bei den österreichischen Pistolen-Junioren derzeit eine Nummer für sich.



Lienz.

ÖSTM und ÖM 300m Gewehr.



Die Österreichische Staatsmeisterschaft und Meisterschaft 300m mit dem Großkalibergewehr wurde von 10. bis 12. September am Schießplatz Lavanter Forcha in Lienz ausgetragen.

Die Staatsmeistertitel gingen in der Disziplin Freies Gewehr Liegend an Mario Knögler (Oberösterreich) und im Stellungsbewerb mit dem Standardgewehr an Michael Podolak (Niederösterreich). Bei den Senioren konnten sich Bundessportleiter Alfred Tauber (Wien) in der Disziplin Freies Gewehr Liegend und Josef Eder (Burgenland) im Stellungsbewerb mit dem Standardgewehr den Österreichischen Meistertitel sichern.

Bilder Pistole/linke Seite

1: Rudi Sailer; 2: Gretchen Ewen; 3: Siegerehrung Junioren (1. Christian Kirchmayer); 4: Siegerehrung 25m Standard Pistole Senioren (1. Horst Halder); 5: Siegerehrung 50m Pistole Männer (1. Wolfgang Psenner)

Bilder 300m Gewehr/rechte Seite

1: Alfred Tauber; 2: Michael Podolak; 3: Mario Knögler; 4: Johannes Sequard-Base; 5: Thomas Mathis

DIE ÖSTERREICHISCHEN STAATSMEISTER 300M GEWEHR			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
PODOLAK Michael	Niederösterreich, SV Mank	Standardgewehr 3x20 Männer	587
KNÖGLER Mario RASER Stefan ESTERBAUER Andreas	Oberösterreich	Standardgewehr 3x20 Männer Mannschaft	1718
KNÖGLER Mario	Oberösterreich, PSV Wels	Freies Gewehr 60 Liegend Männer	598
GSTINIG Klaus KAMMERLANDER F. LARCHER Martin	Tirol	Freies Gewehr 60 Liegend Männer Mannschaft	1766

DIE ÖSTERREICHISCHEN MEISTER 300M GEWEHR			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
EDER Josef	Burgenland, SV Frauenkirchen	Standardgewehr 2x30 Senioren	564
JESNER Martin SCHREITTL Hans-Peter WAGGER Peter	Tirol	Standardgewehr 2x30 Senioren Mannschaft	1656
TAUBER Alfred	Wien, HSV Wien	Freies Gewehr 60 Liegend Senioren	592
TAUBER Alfred SCHATZ Rudolf SCHÖRG Robert	Wien	Freies Gewehr 60 Liegend Senioren Mannschaft	1763



Alle weiteren Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at.



Linz.

ÖSTM und ÖM 50m Laufende Scheibe.

Fotos: BSPL Marc Heyer

DIE ÖSTERREICHISCHEN STAATSMESTER 50M LAUFENDE SCHEIBE			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
GRASBÖCK Herbert	Oberösterreich, ASKÖ-Pregarten	Normallauf Herren	551
GRASBÖCK Herbert	Oberösterreich	Normallauf Herren Mannschaft	1632
EXL Alexander	Oberösterreich, LHA-Linz	Mix-Lauf Herren	375
GRASBÖCK Herbert	Oberösterreich	Mix-Lauf Herren Mannschaft	1098
EXL Alexander			
NARZT Gerald			

DIE ÖSTERREICHISCHEN MEISTER 50M LAUFENDE SCHEIBE			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
LEDERSBERGER Martin	Oberösterreich, LHA-Linz	Junioren Normallauf	522
SPITZENBERGER Hans-P.	Oberösterreich, ASKÖ-Pregarten	Senioren Normallauf	516
LEDERSBERGER Martin	Oberösterreich, LHA-Linz	Junioren Mix-Lauf	345
SPITZENBERGER Hans-P.	Oberösterreich, ASKÖ-Pregarten	Senioren Mix-Lauf	347

1: Alexander Exl; 2: Gerald Narzt; 3: BSPL Marc Heyer mit Werner Morak; 4: Wolfram Schandl



Die ursprünglich im Juli angesetzte Staatsmeisterschaft und Österreichische Meisterschaft für 50m Laufende Scheibe wurde nach Fertigstellung der Umbaumaßnahmen des Landeshauptschießstandes Auerhahn in Linz vom 11. bis 13. September durchgeführt.

Die Österreichischen Staatsmeistertitel in der Disziplin 50m Laufende Scheibe gingen in Abwesenheit des amtierenden Staatsmeisters 10m Laufende Scheibe, Martin Huber, an die Favoriten Alexander Exl (Oberösterreich) im Mix-Lauf und Herbert Grasböck (Oberösterreich) im Normallauf.

Bei den Junioren setzte sich in beiden Wettbewerben der derzeitige Shooting Star der Laufenden Scheibe, Martin Ledersberger (Oberösterreich), gegen seine Konkurrenten durch. Hans-Peter Spitzenberger konnte in der Klasse der Senioren ebenfalls einen doppelten Sieg in den Wettbewerben Mix- und Normallauf feiern.

Alle weiteren Ergebnisse im Detail gibt es im Download-Bereich der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at.

Bilder Match-Armbrust/rechte Seite (v.o.): Anna Jansenberger, Florian Kammerlander, Eva Untertrifaller, Josef Irsiegler, Andreas Mühlechner, Harald Lugmayr, Michaela Scheucher, Cornelia Enser, Rafaela Furlinger, Eva Untertrifaller, Florian Kammerlander, Thomas Lampl

österreich

IO.4I

Innsbruck.

ÖSTM und ÖM Match-Armbrust.

Fotos: ÖSB

Von 18. bis 19. September fand am Landeshauptschießstand Arzl/Innsbruck die Österreichische Staats- und Österreichische Meisterschaft in den 10m und 30m Armbrustwettbewerben statt.

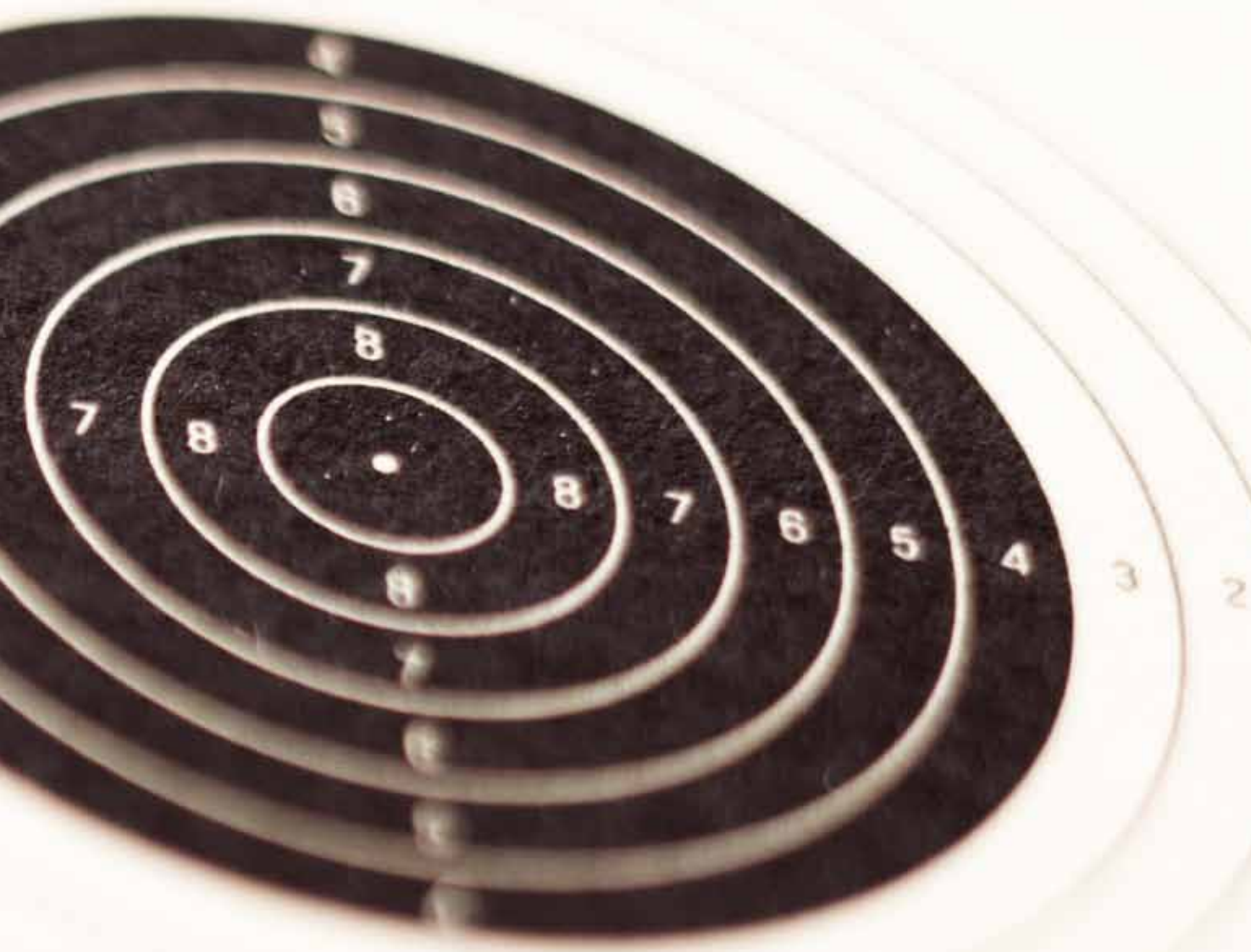


DIE ÖSTERREICHISCHEN STAATSMESTERINNEN UND STAATSMESTER MATCH-ARMBRUST			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
UNTERTRIFALLER Eva	Tirol, SG Münster	10m Frauen	483,0*
UNTERTRIFALLER Eva			
PEER Franziska	Tirol	10m Frauen Mannschaft	1147
STRILLINGER Sonja			
KAMMERLANDER F.	Tirol, SG Umhausen	10m Männer	684,0*
KAMMERLANDER F.			
BICHLER Markus	Tirol	10m Männer Mannschaft	1734
MÖLG Christian			
LAMPL Thomas	Niederösterreich, SSV Blumau	30m Kombination Offene Klasse	664,0*
LAMPL Thomas	Niederösterreich, SSV Blumau	30m Stehend Offene Klasse	290
LAMPL Thomas	Niederösterreich, SSV Blumau	30m Kniend Offene Klasse	283

* Finalergebnis

DIE ÖSTERREICHISCHEN MEISTERINNEN UND MEISTER MATCH-ARMBRUST			
Name	Land, Verein	Disziplin	Ergebnis
ENSER Cornelia	Oberösterreich, SG Puchheim 1907	10m Jungschiützen	378
ENSER Cornelia			
MÜHLEHNER Thomas	Oberösterreich	10m Jungschiützen Mannschaft	1107
HITZINGER Raphael			
MÜHLEHNER Andreas	Oberösterreich, SV Perg	10m Junioren	467,0*
KOSTENZER Georg	Tirol	10m Senioren I	374
KOSTENZER Georg			
SCHRETTL Hans P.	Tirol	10m Senioren I Mannschaft	1110
VOGELBAUER Franz			
RONACHER Walter	Salzburg	10m Senioren II	367
RONACHER Walter			
RESCHREITER Josef	Salzburg	10m Senioren II Mannschaft	1087
MELCHAREK Franz			
MÜHLEHNER Andreas	Oberösterreich, SV Perg	30m Kombination Junioren	627,0*
MÜHLEHNER Andreas	Oberösterreich, SV Perg	30m Stehend Junioren	268
MÜHLEHNER Andreas	Oberösterreich, SV Perg	30m Kniend Junioren	272
BERNDORFER Josef	Oberösterreich	30m Kombination Senioren I	530
BERGSCHÖBER Andreas	Salzburg	30m Stehend Senioren I	261
BERNDORFER Josef	Oberösterreich	30m Kniend Senioren I	273
SCHWARTZ Bernhard	Niederösterreich	30m Kombination Senioren II	532
RESCHREITER Josef	Salzburg	30m Stehend Senioren II	266
WAGGER Peter	Tirol	30m Kniend Senioren II	283

Für die Athletinnen und Athleten, die sich vorab bereits zur Teilnahme an den Match-Armbrust-Europameisterschaften in Thaon-les-Vosges, Frankreich, qualifiziert hatten, galt diese Meisterschaft als letzte Generalprobe für den folgenden internationalen Einsatz. Im 10m-Wettbewerb der Frauen setzte sich die Tirolerin Eva Untertrifaller in einem äußerst spannenden Final-Steichen gegen die zweitplatzierte Anna Jansenberger (Steiermark) durch und holte sich den diesjährigen Staatsmeistertitel. Sie führte auch die Tiroler Mannschaft mit Franziska Peer und Sonja Strillinger in dieser Disziplin zum Sieg. Florian Kammerlander (Tirol) schoss sich bereits im Grunddurchgang einen komfortablen Vorsprung heraus, der ihm im Finale zu Sieg und Titel reichte. In der Mannschaftswertung setzte sich ebenfalls das Team aus Tirol mit Florian Kammerlander, Markus Bichler und Christian Mölg durch. Die Disziplin 30m Match-Armbrust gewann Thomas Lampl (Niederösterreich) im Stehend- und Kniend-Wettbewerb und somit auch in der Kombination.



Laufende Scheibe.

BSPL Marc Heyer



ÖM Jugend I und II

Die 4. Österreichische Meisterschaft für Jugend I und II wurde am 3. Oktober in Feldkirchen, Kärnten, ausgetragen. Mona Eder (OÖ) gewann in der Klasse Jugend I, die Mannschaftswertung holte ebenfalls Oberösterreich mit Mona Eder, Denise Öller und Fabian Mayr. Den Sieg in der Klasse Jugend II holte Wolfram Schandl (NÖ).
Ergebnisse unter www.schuetzenbund.at.

ISSF World Championships Finnland

Vom 22. bis 30. August fanden die diesjährigen Weltmeisterschaften für Laufende Scheibe in Heinola, Finnland, statt. Mit am Start in den 10m und 50m Bewerben der österreichische Junior Alexander Exl (OÖ).
Ergebnisse unter www.issf-shooting.org.

IWK Linz

Anfang August fand in Linz der 3. Internationale Ländervergleichskampf der Laufenden Scheibe statt. Als stärkster Österreicher präsentierte sich erneut Alexander Exl (OÖ), der die Juniorenwertung für sich entscheiden konnte und damit die nationale und internationale Konkurrenz mit Startern aus Deutschland und Ungarn hinter sich ließ.



Silhouette.

Ernst Zwiauer

EM Metallic Silhouette

Von 13. bis 28. Juli fanden in Ludvikovice/Tschechien die Europameisterschaften Metallic Silhouette statt. Die Erfolge der Österreicher können sich sehen lassen: Peter Lamprecht holte sich je einen Europa- und einen Vizemeistertitel in den Einzelwertungen und Christian Surböck konnte sich einen Vizeeuropameistertitel sichern. Zudem erreichten die österreichischen Schützen zwei 3. Plätze in der Teamwertung sowie einige Klassensiege.



Österreichische Meisterschaften Metallic Silhouette

In den vergangenen Wochen wurden die Österreichischen Meisterschaften in den Metallic-Silhouette-Disziplinen ausgetragen. Die Field-Pistol-Bewerbe fanden von 18. bis 19. September in Tattendorf, die Small-Bore-Pistol-Bewerbe von 25. bis 27. September in Leobersdorf und die Small-Bore-Rifle-Bewerbe am 2. Oktober in Krems/Donau statt.

Ergebnisse unter www.schuetzenbund.at.

Vorderlader.

BSPL Karl-Heinz Baumgartner



IWK Goldrain

Beim diesjährigen traditionellen internationalen Apfelschießen in Goldrain (Italien) von 16. bis 18. Oktober waren die österreichischen Vorderlader-Schützen erneut äußerst erfolgreich. Nahezu alle Kurzwaffenbewerbe mit Pistole und Revolver wurden von Österreichern gewonnen. Zwei Siege konnte Mag. Andreas Gartner in den Langwaffen-Bewerben feiern. Den besten Schuss auf die traditionelle Apfel-Ehrenscheibe gab der Österreicher Roland Mikschl mit einem Treffer von nur 1,5mm Entfernung vom Zentrum ab.
Ergebnisse unter www.schuetzenbund.at.



Vorarlberg. Landesschützentag mit Bannerweihe.



links: LOSM Horst Halder nach der Bannerweihe
rechts: Der neue, geweihte Banner des Vorarlberger Schützenbundes.

Der 19. September war für Vorarlbergs Schützen, allen voran LOSM Horst Halder, ein großer Tag. Im Mittelpunkt des diesjährigen Landesschützentages stand die Weihe des neuen Banners des Vorarlberger Schützenbundes.

Dem Festumzug durch die Landeshauptstadt Bregenz wohnten neben den Vorarlberger Schützengilden auch Abordnungen der Traditionsschützen aus Hohenweiler und Bezau, die Götzner Prangerschützen sowie die Militärmusik Vorarlberg und der Musikverein Fluh bei.

Die Segnung des Banners wurde in der Herz-Jesu-Kirche durch Pfarrer Arnold Feuerle durchgeführt. Besonderheit des neuen Wahrzeichens des Vorarlberger Schützenbundes ist seine Form: Statt einer Fahne wurde ein Banner gewählt, den es so im Schützenwesen noch nicht gibt. Ein hoher Wiedererkennungswert ist damit garantiert.

Beim anschließenden Festakt im Gasthaus Gösler kamen nach Begrüßung durch LOSM Horst Halder die Ehrengäste Vorarlbergs Landeshauptmann Dr. Herbert Sausgruber, der Bregenzer Bürgermeister Dipl.-Ing. Markus Linhart sowie der Tiroler Landtagspräsident und BOSM DDr. Herwig van Staa zu Wort. Sausgruber hob in seiner Rede besonders die Jugendarbeit der Schützenvereine lobend hervor, die einen wesentlichen Beitrag für die Gesellschaft leisten würden.

LOSM Horst Halder zieht nach diesem Tag zufrieden Bilanz: „Die Weihe eines neuen Banners für den Vorarlberger Schützenbund war mir seit langer Zeit ein Anliegen. Die Feierlichkeiten waren rundum gelungen und gaben diesem Akt eine würdige Umrahmung.“



Kärnten. Landesschützentag und 40 Jahre Sponheim Viktring.

Bericht: LOSM Ing. Klaus Dieser, Obmann Ing. Heimo Manché

Den 2. Kärntner Landesschützentag und das 40-jährige Jubiläum des Schützen- und Sportvereins Sponheim Viktring feierten Abordnungen der 43 Vereine des Kärntner Landesschützenverbandes mit ca. 150 Teilnehmern aus ganz Kärnten. Bei der Festmesse im Stift Viktring wurde mit feierlicher musikalischer Umrahmung die neue Vereinsfahne des SSV Sponheim gesegnet. Vielen Dank unserem Wolfgang Nöth, der als Tenor und Organisator den musikalischen Teil mitgestaltet hat. Anschließend ging es in einem Festzug zum Gemeindezentrum Viktring, wo der eigentliche Festakt stattfand. LH Gerhard Dörfler verlieh dem Verein im Zuge des Festaktes das Kärntner Landeswappen und wies auf die Erfolge und rege Vereinstätigkeit der Schützen hin. Mit dem Trio „Du&I“ klang die Veranstaltung gemächlich aus.

Das Preisschießen anlässlich der 40-Jahr-Feier des SSV Sponheim Viktring fand am 14. und 15. August mit 187 Teilnehmern statt. Gewonnen in der Sportschützenklasse mit 3-mal dem Maximum von 50 Ringen hat Thomas Glanzer aus Leoben. Er freut sich über eine Glock Pistole nach freier Wahl. Die Hobbyklasse und damit schöne Sachpreise gewann die Schützin Nefert Brachtl. Den goldenen Schuss mit der Armbrust auf die Ehrenscheibe gab Johann Brunner aus Spittal ab und gewann eine Ballonfahrt.



LOSM Ing. Klaus Dieser,
Obmann Ing. Heimo Manché,
Fähnjunkere Andreas
Lesjak, LH Gerhard Dörfler,
Obmannstellvertreter Harald
Langer (v.l.)

österreich



Niederösterreich. ÖM 100m Gewehr in Prottes.

Bericht: LOSM Hermann Gössl



Vom 14. bis 16. August 2009 wurde erstmals am idyllisch gelegenen Schießstand der „OMV SG Prottes“ im Weinviertel die Österreichische Meisterschaft 100m Stehend mit dem KK-Gewehr durchgeführt. Dazu hatten sich 107 Starter aus 8 Bundesländern eingefunden, die auf der generalüberholten Anlage in 7 Klassen um den Sieg kämpften. Die Wettkämpfe und Siegerehrungen wurden völlig problemlos von Landessportleiter Wolfgang Rahberger mit großem Engagement und technischem Aufwand abgewickelt.

Im Rahmen der Eröffnung am neu gestalteten Platz vor der Schießstätte begrüßte OSM Leopold Roskopf sen. die Bürgermeisterin der Marktgemeinde Prottes Christa Eichinger, den 1. BSM Horst Judtmann, LOSM Hermann Gössl sowie alle anwesenden Mannschaftsführer.

Unter den Startern befanden sich die mehrfachen Olympiateilnehmer Christian Planer (Tirol) und Thomas Farnik (Wien), die jedoch am Siegespodest Martin Strempl (Steiermark) den Vortritt überlassen mussten. Die herausragende Bestleistung wurde mit der neuen österreichischen Rekordmarke – 395 Ringe – von Gernot Rumpler (Salzburg) in der Jungschützenklasse erzielt.

Für Niederösterreich holte Hedwig Huber Gold in der Frauenklasse, ihre Mannschaft erreichte Silber. Bernhard Pickl erzielte als Junior Bronze, seine Mannschaft sogar Gold. Im Medaillenspiel rangiert Niederösterreich mit 6 Medaillen auf Platz 4 hinter Tirol (11 Medaillen), Salzburg (8) und Oberösterreich (7).

Frau Bgm. Christa Eichinger ließ es sich nicht nehmen, bei allen Siegerehrungen die Medaillen zu überreichen. Dem durchführenden Verein wurde von allen Teilnehmern ein großes Lob ausgesprochen.



Tirol. Neueröffnung der KK-Schießanlage Innsbruck-Arzl.

Bericht: LSM Friedl Anrain

Ehrung Christian Planers durch den TLSB bei Eröffnungsfeier: BSPL Margit Melmer, LOSM Dr. Herbert Marschitz, Christian Planer, LSM Friedl Anrain (v.l.)



1970 musste der Tiroler Landeshauptschießstand vom Olympischen Dorf wegen Anrainerproblemen nach Arzl verlegt werden. Mit 44 KK-Ständen war die Schießanlage schon damals die größte Österreichs. Unzählige Meisterschaften wurden seitdem auf der Schießanlage mit dem herrlichen Ausblick auf die Stadt Innsbruck erfolgreich abgewickelt.

Nach nun fast 40 Jahren war der TLSB gefordert, die Anlage auf den neuesten Stand zu bringen. 40 elektronische Meyton-Anlagen sorgen daher jetzt für perfekte Messergebnisse und mehr Komfort für die Schützen. Die Maßnahmen wurden in Rekordzeit von 4 Wochen durchgeführt. Die ÖSTM KK vom 27.–29. August war der ideale Anlass, die Anlage einem Stresstest zu unterziehen, der perfekt gemeistert wurde.

Verbunden mit der Siegerehrung der ÖSTM wurde eine Eröffnungsfeier organisiert. LOSM Dr. Herbert Marschitz ging in seiner Ansprache auf die Vergangenheit der Schießstätte ein, bedankte sich bei allen Verantwortlichen für die zügige Fertigstellung und bei der Innsbrucker Hauptschützengesellschaft für die gute Zusammenarbeit. In weiteren Baustufen seien in den nächsten Monaten die Lufthalle und die Pistolenanlage auf elektronische Messtechnik umzustellen. „Vielleicht lässt sich damit die Vision unserer engagierten Bundessportleiterin Margit Melmer realisieren, 2010 einen IWK-Bewerb in Innsbruck durchzuführen“, meinte der LOSM. Im Anschluss ergriff Vizepräsident Ing. Horst Judtman das Wort und gratulierte zur neuen Anlage. Die Feierlichkeiten wurden zum Anlass genommen, Christian Planer für seine Verdienste um das Schützenwesen das Goldene Sportehrenzeichen des ÖSB zu überreichen. Auch vom TLSB erhielt er einen wunderschönen Glaswürfel mit eingearbeitetem Portrait für seinen EM-Einzelsieg in Osijek überreicht.



Wien. Staatsmeisterschaft PPS/IPSC 2009.

Bericht: LSPL Mario Kneringer

Von 16. bis 18.10.2009 fand nach 19 Jahren wieder eine PPS/IPSC (Praktisches Pistolenschießen) Staatsmeisterschaft in Wien statt. In der Schießanlage des Sportschützenclubs Wien (SCW) kamen 192 Schützen aus ganz Österreich zusammen, um die Besten zu küren. 10 Übungen mit insgesamt 184 Schuss mussten bewältigt werden. Das SCW-Team hatte sich einiges einfallen lassen, um das Niveau des Wettkampfes hoch zu halten: Schwierige Schießpositionen, schnelle Pendelscheiben und nicht zuletzt ungewöhnliche Parcours-Aufbauten verlangten den Teilnehmern alles ab.

Mario Kneringer konnte seinen Titel aus dem Vorjahr verteidigen und wurde zum zweiten Mal Staatsmeister in der Klasse Open Herren. Gabriele Kraushofer feierte mit ihrem 20. Titelgewinn ein außergewöhnliches Jubiläum in der Klasse Open Damen. Helmut Ilc setzte sich gegen den hohen Favoriten aus dem Burgenland durch und holte den Meistertitel in der Klasse Open Senioren 2. In der Klasse Production ging der Titel ebenfalls nach Wien: Dominik Stepan ist der erste Titelträger in dieser neu aufgenommenen Klasse. Somit wurde die Österreichische Staatsmeisterschaft 2009 mit nicht weniger als 5 Goldmedaillen und 2 Bronzemedaillen eine der erfolgreichsten in der Geschichte des Sportschützen Landesverbands Wien.

Der Wettkampf wurde durch die Anwesenheit unseres geschätzten Wiener Oberschützenmeisters und Vizepräsidenten des ÖSB, Ing. Horst Judtman, aufgewertet. Die Siegerehrung fand dadurch in einem äußerst würdigen Rahmen statt.

In der nächsten Ausgabe.

Das erwartet dich unter anderem in der nächsten Ausgabe von 10,9:

- Der ÖSB-Kader 2010.
- 10,9 im Gespräch mit Alexander Exl, Österreichs bestem Nachwuchsschützen in der Disziplin Laufende Scheibe.
- Berichte von den IWKs für Luftdruckwaffen (Pilsen, Ruse, München) und Laufende Scheibe (Wießenthal, Suhl)
- Aufs Korn genommen werden unter anderem das Training der Ausdauerleistungsfähigkeit und deren Einfluss auf Atemtechnik und Kreislaufregulation beim Sportschießen aus sportmedizinischer sowie das Thema Atmung aus schießtechnischer Sicht.



Die nächste Ausgabe von 10,9 erscheint im Februar 2010.

EVENTKALENDER ÖSTERREICH

27.11. – 29.11.2009	RANGLISTENBEWERB LUFTGEWEHR	RIF
14.11.2009	FINALE AUSTRIA CUP LAUFENDE SCHEIBE	LINZ
14.11. – 15.11.2009	RANGLISTENBEWERB LUFTPISTOLE	RIF
12.12. – 13.12.2009	RANGLISTENBEWERB LUFTPISTOLE	RIF
18.12. – 20.12.2009	RANGLISTENBEWERB LUFTGEWEHR	KNITTelfELD
20.02. – 21.02.2010	Ö-CUP FINALE LUFTGEWEHR	KNITTelfELD

Nähere Informationen und Ausschreibungen gibt es unter www.schuetzenbund.at.



Mitglieder des ÖSB.

Der ÖSB und seine Landesverbände.

Österr. Schützenbund: Stadionstr. 1b, 6020 Innsbruck, Tel.: +43 (0) 512 39 22 20, E-Mail: office@schuetzenbund.at, www.schuetzenbund.at;
Burgenländischer Sportschützen-Landesverband: Dr.-Ludwig-Leserg. 13, 7201 Neudorf, Tel.: +43 (0) 2622 79785, E-Mail: office@bsslv.at, www.bsslv.at;
Kärntner Landesschützenverband: Wunderstätten 30, 9473 Lavamünd, Tel.: +43 (0) 650 925 0110, E-Mail: deiserkl@gmx.at, www.klsv.at;
Landesschützenverband für Niederösterreich: Kaiserallee 23/1/7, 2102 Bisamberg, Tel.: +43 (0) 676 639 1611, E-Mail: losm@lsvnoe.at, www.lsvnoe.at;
Oberösterreichischer Landesschützenverband: Geitenedt 31, 4202 Kirchschlag bei Linz, Tel.: +43 (0) 664 144 0960, E-Mail: guenter.hamader@utanet.at, <http://ooe.zielsport.at>;
Salzburger Sportschützenverband: Dr.-Eugen-Zehme-Straße 23, 5111 Bürmoos, Tel.: +43 (0) 627 451-29, E-Mail: seeleithner@sssv.at, www.sssv.at;
Steiermärkischer Landesschützenbund: Jahngasse 1, 8010 Graz, Tel.: +43 (0) 676 332 2103, E-Mail: post@st-lsb.at, www.st-lsb.at;
Tiroler Landesschützenbund: Brixner Straße 2/1. Stock, 6020 Innsbruck, Tel.: +43 (0) 512 5881-90, E-Mail: tlsb@aon.at, www.tlsb.at;
Vorarlberger Schützenbund: Am Tannenbach 8, 6900 Bregenz, Tel.: +43 (0) 5574 425-19, E-Mail: horst.halder@utanet.at, www.vlb-sb.at;
Sportschützen-Landesverband Wien: Innocentiagasse 14, 1130 Wien, Tel.: +43 (0) 1 616 3929-11, E-Mail: losm@sslv-wien.at, www.sslv-wien.at

Den Link zu deinem Landesverband findest du auf der ÖSB-Website www.schuetzenbund.at unter „ÖSB“ und „Unsere Mitglieder“.



Sichere dir dein Jahresabo von 10,9!

Sichere dir dein Jahresabonnement zum Einstiegspreis von 10,90 Euro für vier Ausgaben. Du hast folgende Möglichkeiten zur Anmeldung:

- auf der 10,9 Website www.zehnkommaneun.at oder
- fülle den Coupon unten aus und sende ihn an:
Österreichischer Schützenbund
Redaktion 10,9
Stadionstraße 1b
6020 Innsbruck
- bzw. per Fax an: **+43 (0) 512 39 22 20-20**
- bzw. per E-Mail an: **magazin@zehnkommaneun.at**

„10,9 – Das Magazin für den Österreichischen Schießsport“ ist das offizielle Organ des Österreichischen Schützenbundes. Ziel dieses neuen Mediums ist es, nicht nur die hervorragenden Erfolge der österreichischen Athletinnen und Athleten herauszustreichen, sondern auch das, was dahinter steckt – nämlich die gesamte Welt des Sportschießens mit all ihren Facetten - näher zu beleuchten. Die Faszination des Sportschießens soll mit der Schießsportgemeinde geteilt und darüber hinaus einem breiteren Publikum vorgestellt werden. Die Erlöse aus diesem Magazin kommen der Nachwuchsförderung im österreichischen Schießsport zugute. 10,9 erscheint viermal jährlich.

Hiermit bestelle ich das Jahresabonnement von 10,9.

Name:	
Straße, Hausnummer:	
PLZ, Ort:	Land:
E-Mail:	Telefon:

Nach Anmeldung mit diesem Coupon bekomme ich die Rechnung über 10,90 Euro für die kommenden vier Ausgaben von 10,9
☐ per E-Mail als PDF (Achtung: bitte oben E-Mail-Adresse angeben!) ☐ per Post zugesendet (bitte Zutreffendes ankreuzen).

Das Jahresabonnement verlängert sich jeweils automatisch um ein weiteres Jahr. Kündigungen des Jahresabonnements müssen bis spätestens acht Wochen vor Ende des Bezugsjahres schriftlich mit Angabe des vollständigen Namens und der Abonummer der Redaktion von 10,9 bekannt gegeben werden.

Sobald ich den Betrag auf das auf der Rechnung angewiesene Konto überwiesen habe, erhalte ich 10,9 ab der nächstfolgenden Ausgabe.

Datum: _____ Unterschrift: _____

Einzugsermächtigung bei Wunsch auf Bezahlung per Bankeinzug

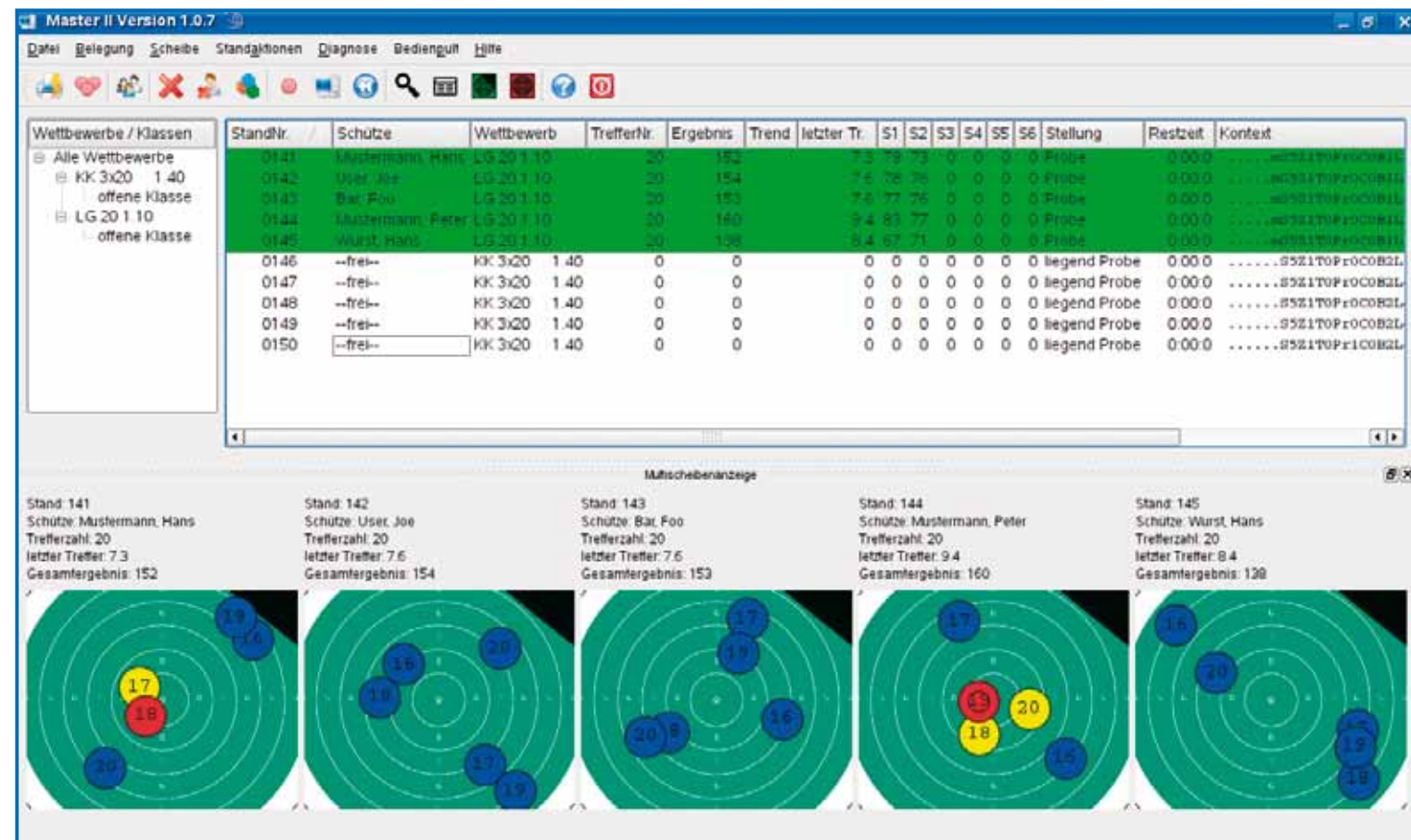
Hiermit ermächtige(n) ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit zu Lasten meines/unseres Kontos mittels Lastschrift einzuziehen. Damit ist auch meine/unserer kontoführende Bank ermächtigt, die Lastschriften einzulösen, wobei für diese keine Verpflichtung zur Einlösung besteht, insbesondere dann, wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist. Ich/Wir habe(n) das Recht, innerhalb von 42 Kalendertagen nach erfolgter Abbuchung oder nach erfolgtem Einzug ohne Angabe von Gründen die Rückbuchung bei meiner/unserer Bank zu veranlassen.

Name des Zahlungspflichtigen (Titel, Vorname, Nachname):	Anschrift des Zahlungspflichtigen (Straße, PLZ, Ort):	
Kontonummer des Zahlungspflichtigen:	bei (genaue Bezeichnung der Kreditunternehmung):	Bankleitzahl

Ort, Datum: _____ Unterschriften des (der) Zahlungsberechtigten: _____



Wir werden immer besser!



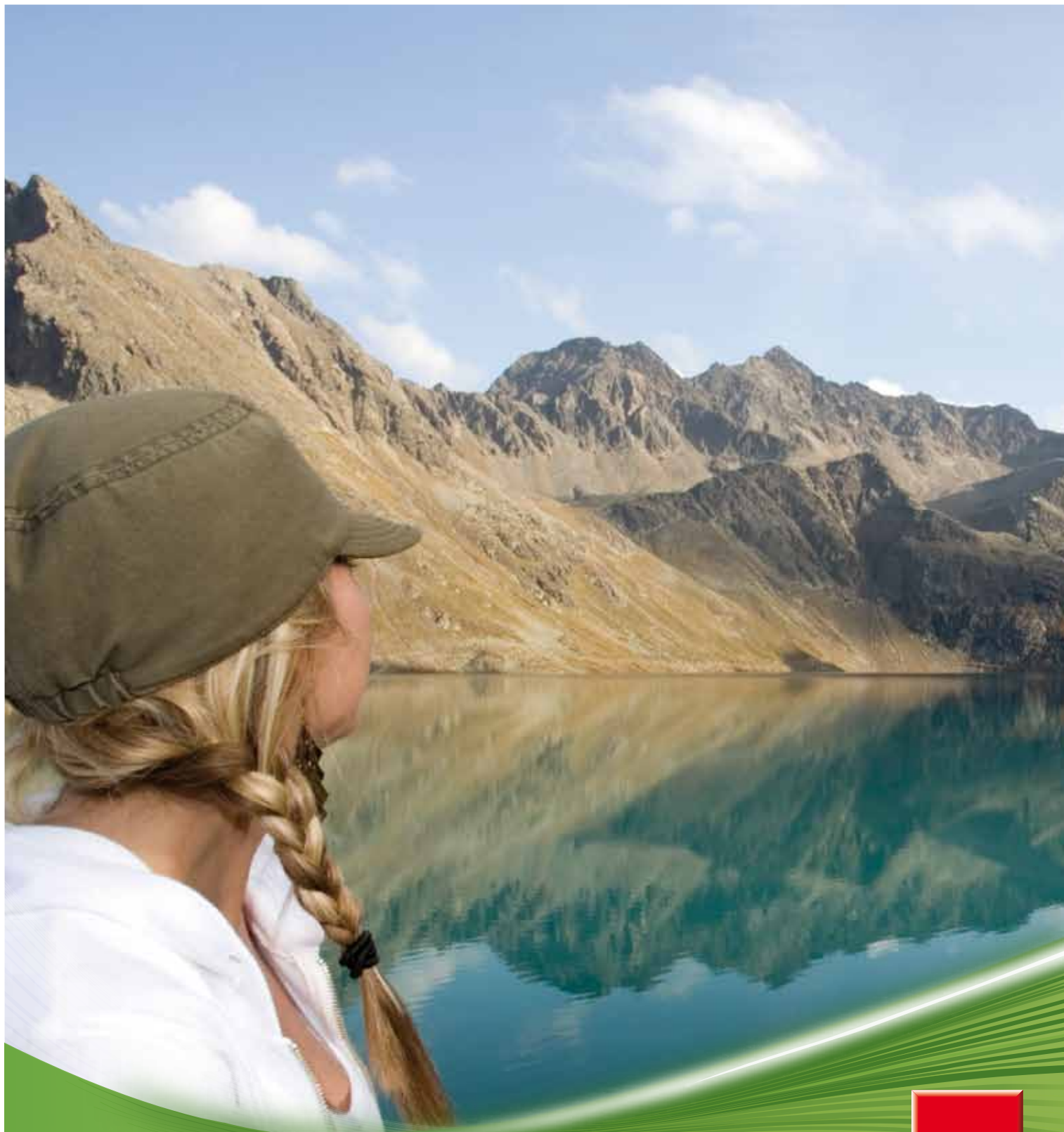
www.meyton.de

Unsere neue Software kann sich sehen lassen.

- besser und einfacher zu bedienen
- neues Hilfesystem
- verbesserte Flexibilität



Das alles und noch viel mehr können wir Ihnen jetzt bieten.
Fragen Sie nach unserem Upgradeangebot!



tiroler
wasser
kraft

Unsere Lebenskraft.

TIWAG-Tiroler Wasserkraft AG