



## **Sportschießen - die etwas andere Sportart**

In vielen Sportarten sind Größe, Kraft, Schnelligkeit, Alter oder Geschlecht die entscheidenden Faktoren. Man muss also besonders schnell, stark oder jung sein, um Erfolg zu haben. Häufig muss oder wird man einem Gegner sogar körperlich wehtun oder selbst über die Schmerzgrenze gehen, um zu siegen. Es gibt Sportarten, da ist man mit 19 Jahren schon zu alt oder mit 30 Jahren kommt das endgültige Aus. Und Körperbehinderte können meist gar nicht mitmachen.

### **Ganz anders dagegen das Sportschießen**

Neben guter körperlicher Kondition und gesunder Ernährung sind beim Sportschießen vor allem Konzentration, mentale Selbstbeherrschung, klares Denken und Reaktionsvermögen gefragt. Weder Schnelligkeit noch Stärke, Größe, Geschlecht oder Alter spielen die entscheidende Rolle. Der Erfolg ist abhängig von der Bereitschaft, in Training und Wettkampf immer dazu zu lernen. Sportschießen kann man mit 10 oder 50 Jahren erfolgreich beginnen. Auch über 60jährige oder Behinderte können Leistungen auf hohem internationalem Niveau erbringen.

Und in welcher anderen Sportart starten Frauen und Männer in gemeinsamen Mannschaften? Vor allem kann jeder Schütze seinen Erfolg erleben, ohne einen Gegner niederzuringen.

### **Wir trainieren Dinge, die ein ganzes Leben lang helfen**

Sportschießen gehört zu den mental besonders beanspruchenden Sportarten, da die Sportler/innen während des gesamten Wettkampfes ihre Leistung ständig analysieren und schnell reagieren müssen – bei jedem Schuss. Beim Sportschießen hat man also Gelegenheit, sich wertvolle Eigenschaften für das tägliche Leben anzueignen, wie Konzentration, Zielstrebigkeit, Organisieren, Urteilsfähigkeit und Entschlossenheit.

Außerdem kennen wir beim Sportschießen keine verbissene Gegnerschaft. Fairness und gegenseitige technische Hilfe bei Wettkämpfen sind die Regel. Und nach dem Wettkampf stehen Sportler/innen und Schlachtenbummler/innen aller Mannschaften gern zusammen, um Tipps und Tricks auszutauschen.

### **Sportschießen fordert heraus und macht Spaß!**