



Wer diese beiden Disziplinen mag, braucht viel Platz. Beim Schießen mit Silhouetten-Gewehren (oben) stehen die stählernen Tierziele oft einen halben Kilometer entfernt. Wie man da trotzdem treffen und sie umwerfen kann, lesen Sie ab Seite 46. Noch etwas weiter ist es zu den übergroßen Zielscheiben bei den Long-Range-Wettbewerben. Seit hier für die älteren Semester das Aufgelegt-Schießen mit Zielfernrohr eingeführt wurde, liegt das „F-Class“-Schießen voll im Trend auch bei deutschen Gewehrschützen – mehr dazu ab Seite 98.



Das oben ist kein Raumschiff, sondern ein perfekt ausgestattetes Pressluftgewehr zum Aufgelegt-Schießen – wie das geht, erfahren Sie ab Seite 12. Und mit dem Luftgewehr raus ins Grüne? Auch das ist eine spannende Alternative, nämlich beim Field Target: ab Seite 24.



EINLEITUNG

Lernen, wie man lernt

6

Was tun, wenn die gewünschte Disziplin nicht im Trend liegt?

LG-/KK-AUFLAGE

Evolutions-Theorie

12

Alles schon mal dagewesen: Aufgelegt-Schießen, Chance für ältere Sportschützen.

FIELD TARGET

Jagd-Fieber

24

Stahltiere umwerfen in Feld, Wald und Wiese – mit dem Luftgewehr in (fast) freier Natur.

KK-FALLPLATTEN

Keine Zeit, keine Zeit

34

Selbstladegewehre in .22 l.r. brauchen besondere Ziele.

SILHOUETTENGEWEHR

Einfach umwerfend

46

Bis zu 500 Meter entfernte Ziele stehend freihändig treffen.

VORDERLADER

Sondervorstellung

56

Selbst ist die Frau: Tordis-Arlett Nitsch versteht ihre Perkussionsgewehre.

WURFSCHEIBEN-TRAINING

Der springende Punkt

66

Flinten-Training daheim an der Wohnzimmer-Wand.

SCHIESSSCHULEN

Das macht Schule

72

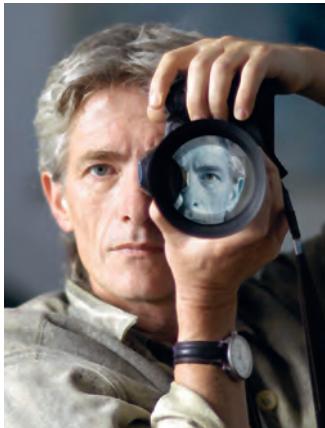
Abzugszüngel statt Schulbank drücken – hier geht jeder gern zum Unterricht.

LITERATUR

Schießen lesen

78

Bücher, Poster und CDs rund um das Schießtraining.



Heinz Reinkemeier (oben) und Guido J. Wasser – wie sich die beiden Autoren selbst sehen.

Michael Kuhn ist zigfacher deutscher BDS-Meister und Rekordhalter mit seinem KK-Selbstladegewehr – ab Seite 34 verrät er seine Tricks.

Ohne sie ginge es nicht

Getreu dem Titel des Specials wäre nichts ohne die Hilfe folgender Top-Schützen und -Trainer möglich gewesen: **Heinz Reinkemeier** erläuterte die richtige Technik beim Aufgelegt-Schießen mit Luft- und KK-Gewehr und gab gemeinsam mit **Gaby Bühlmann** Tipps zur psychologischen Vorbereitung. **Guido J. Wasser** ist einer der wenigen Silhouetten-Spezialisten, der vom Schießen über die Munitionsentwicklung bis zum spannenden Schreiben alles „drauf hat“. **Tordis-Arlett Nitsch** hat sich dem schwarzen Pulver verschrieben – die ehemalige VISIER-Schlussredakteurin verrät, was und warum sie beim Schießen mit dem Perkussionsgewehr vieles anders als andere macht. **Horst-Jan Mitera** schließlich trifft nicht nur „gaaanz“ weit entfernte Scheiben, sondern auch mit der Kamera stets das packendste Motiv. **Adam Benke** nahm sich ausgiebig Zeit, um seine Lieblings-Disziplin, das Field-Target-Schießen zu präsentieren. **Andreas Wilhelmus** und **Ulrich Eichstädt** trugen eigenes Wissen bei, etwa zu den Heimtrainingsanlagen, zur Trainerausbildung und zur Literatur. **Claudia Mullins** erfasste die Adressen im Anhang, **Matthias S. Recktenwald** und Schlussredakteurin **Gabriele E. Vierschilling** kümmerten sich um die Verständlichkeit der Texte, **Jason Wieger** um die Bearbeitung der Bilder, **German Zens** und **Marianne Lawen** gestalteten die Layouts – allen Helfern vielen Dank!

Kurzinformationen

Luftgewehr aufgelegt	15
Kleinkaliber aufgelegt	23
Field-Target-Regeln	29
Ruger, das Maß der Dinge	38
Michael Kuhn	39
BDS- und DSU-Disziplinen	40
BDMP-Disziplinen	43
DSB und die „Liste B“	45
Silhouette auch mit KK	53
Maße Silhouetten-Gewehre	54
Vorderlader ist nicht gleich Vorderlader	61
Gregor Schmidt-Colberg	71
Struktur DSB-Trainersystem	74
Jugend-Festival der Verbände	75
High-Tech	77
F-Class Open und F/TR	101
Horst-Jan Mitera	103
Fundsachen	115

INTERNET

Virtuelles Schießen	82
---------------------	----

Wo Sie Informationen über „Ihre“ Disziplin bekommen.

SIMULATIONS-SYSTEME

Heimtrainer	84
-------------	----

Trockentraining muss nicht trocken sein – ein Überblick über moderne Analysegeräte.

MENTALES TRAINING

Vergiss Gold ...	92
------------------	----

Wettkämpfe werden im Kopf gewonnen – Denkaufgaben für bessere Schießergebnisse.

LONG RANGE

Bei Wind und Wetter	98
---------------------	----

So weit schießen, wie man gucken kann: die Geheimnisse, mit dem GK-Gewehr und dem Zielfernrohr zu treffen.

ANHANG

Auf ins Finale	106
----------------	-----

Adressen von Herstellern, Händlern und Verbänden.