

dem Luftgewehr schiessen. «Grundsätzlich muss man den Körper in dieser dynamischen Sportdisziplin mehr stabilisieren als im reinen Sportschiessen, nicht zuletzt, weil auch die stützende Schiessjacke fehlt», erklärt Moser.

Einer, der sich damit auskennt, ist Jonas Abgottspon, einer der Teilnehmer in Magglingen. Der 19-Jährige war noch bis vor rund zwei Jahren aktiver Biathlet. «Mit hohem Puls schiessen, das ist mir vertraut», so der Rickenbacher (SZ). Beim Biathlon stamme dieser zwar nicht vom Laufen, sondern vom Langlauf, aber die Mechanismen seien dieselben. Als ehemaliger Biathlet sei er mit seinen expliziten Erfahrungen und eingeübten Verhaltensweisen gegenüber den anderen Teilnehmern, sprich «normalen» Schützen, schon im Vorteil gewesen.

### «COOLE» NEUE SPORTART

«Ich denke, dass Target Sprint für junge Biathleten, die einen neuen Weg einschlagen wollen, effektiv eine Alternative sein könnte», sagt Abgottspon. Er habe mit Biathlon aufgehört, weil Aufwand und Ertrag schliesslich zu weit auseinandergelegen hätten; die Leistungsdichte hier sei extrem hoch. Die Hauptsportart von Abgottspon, der im Wallis die Sportschule Kollegium Brig absolviert, ist und bleibt der Schwimmsport, konkret: Rettungsschwimmen. In dieser aufkommenden Disziplin, die in Australien übrigens Nationalsportart ist, holte er 2015 den Junioren-Europameistertitel. Aber was hat das mit Target Sprint zu tun? Zum Rettungsschwimmen gehöre auch Laufen, Sprint im Sand zum Beispiel. «Von dem her passt das schon», so Abgottspon. Nun werde er neu zweimal pro Woche in der Sportschule Lauftraining absolvieren – und notabene dreimal wöchentlich Schiessstraining.

Die Resonanz von Seiten Schule sei positiv gewesen. Auch die Mitstudenten fänden die neue Sportart «cool», so Abgottspon. Er werde jetzt schauen, wie sich das entwickle. «Aber irgendjemand muss ja mal eine Vorreiterrolle einnehmen», hält der angehende Target Sprinter fest.

### KOOPERATIONEN SUCHEN

Apropos Vorreiterrolle: Laut Roger Moser stand nach Abschluss des ersten Fortbildungsmoduls beim Grossteil der Teilnehmer fest, dass sie für Target Sprint in ihren Schiessvereinen entsprechende Angebote formulieren wollen. «Denkbar sind hier zum Beispiel auch Kooperationen mit Leichtathletik- oder Skivereinen», so Moser. Diese verfügten über ausgebildete Lauf- oder Biathlon-Trainer. «So könnte man in Zukunft in den Schiessvereinen nachhaltige und effektive Module für Target Sprint anbieten», bilanziert Moser. ●

Mehr Infos zu Target Sprint finden Sie auf der SSV-Homepage [www.swissshooting.ch](http://www.swissshooting.ch) (Reiter Ausbildung – Target Sprint).

## DIE KOLUMNE AUS MAGGLINGEN VON PETRA LUSTENBERGER



### «DER PULS SCHLÄGT SCHNELLER»

Der Herbst verlief für mich aus sportlicher Sicht sehr erfolgreich. Mit dem Schützenverein Buch sind wir ins

Bundesliga-Abenteuer gestartet, nachdem

wir im Frühling in die höchste Klasse aufgestiegen waren. An den Wettkämpfen geht es anders zu und her als bei uns. Wir schiessen Direktduelle, sozusagen Schulter an Schulter, gegen die Schützen der anderen Mannschaft. Hinter dir sitzen 300 bis 400 Zuschauer, die klatschen, dich anfeuern, trommeln und trompeten. Mir gefällt dieses Wettkampfformat unter Dauerlärm sehr. Bei meinem ersten Einsatz mit dem SV Buch bin ich gegen den Weltklasseschützen Peter Sidi aus Ungarn angetreten. Nach 40 Schüssen stand es 398:398. Ich wusste, dass ich im Shoot-off gewinnen musste, um den 3:2-Sieg für unser Team zu sichern. Ich hatte mich trotz Nervosität gut im Griff. Der Puls schlug aber schon etwas schneller. Sidi traf nur eine 9.5, ich eine 10.5. Wir konnten so unseren ersten Bundesliga-Sieg feiern. Rund 35 Fans sind aus Buch für dieses Match angereist. Es macht sehr viel Spass mit einer solchen Unterstützung im Rücken im Schiessstand zu stehen. Das Niveau ist sehr hoch: Alles, was Rang und Namen hat im Schiesssport, ist in der Bundesliga mit dabei.

Sehr zufrieden bin ich auch mit meiner Leistung am CISM-Regionalturnier in Thun. Es war mein erster CISM-Wettkampf überhaupt. Mit einer Gold- und drei Silbermedaillen lief es mir nach Wunsch. Mir gefällt die Atmosphäre an den CISM-Wettkämpfen, insbesondere der Wechsel von Einzel- und Teamwettkämpfen. Mit dieser Leistung habe ich die Selektion für die CISM-Weltmeisterschaften vom Juni 2018 in Thun geschafft. Für mich ist es ein grosser Vorteil, dass diese Selektion bereits abgeschlossen ist. So ist der Kopf frei für die anderen Selektionswettkämpfe – einerseits für die 10m-Europameisterschaften in Győr Ende Februar und andererseits für die Weltmeisterschaften im September in Südkorea. An Győr habe ich sehr gute Erinnerungen. 2016 holte ich dort an den Europameisterschaften Bronze mit dem Luftgewehr.

Spitzenschützlin Petra Lustenberger (27) trainiert seit Anfang Oktober 2016 am Nationalen Leistungszentrum in Magglingen.

[www.petralustenberger.ch](http://www.petralustenberger.ch)