

Frühsport – Training – Spiel und Spass

Montag, 15. Juli 2024 – Tag 2

Der zweite Tag war - nach der im Zürcher Trainingslager üblichen Frühsporteinlage und einem stärkenden Frühstück - vollgepackt mit intensiven Trainingseinheiten in allen Disziplinen.



Stephan Martz, Bruno Seeholzer (Bilder), Markus Roth (Text)

Sie mussten früh aus den Federn. Die Tage im Zürcher Schiesssport-Trainingslager werden üblicherweise mit einer Frühsporteinlage gestartet, bei der der letzte Schlaf aus den Gliedern und den Augen geschüttelt und bei der der Kopf frei gemacht wird für die anspruchsvollen Trainingseinheiten des anstehenden Tages.



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des diesjährigen Zürcher Trainingslagers zusammen mit ihren Trainerinnen und Trainern.

Intensives Training

Die Gewehr-Truppe wurde auf die 10m- und auf die 50m-Distanz ausgebildet und jeweils einer anspruchsvollen Trainingseinheit unterzogen. An den Stellungen wurde gefeilt, die Abzugstechnik wurde

verfeinert und auch von der einen oder anderen theoretische Unterweisung durften die Sportlerinnen und Sportler profitieren.



Die Stehendstellung – die Königsdisziplin im Gewehrschiesssport – wurde auf die 50m-Distanz ausgiebig trainiert.



Volle Konzentration; sowohl im 50m-Schiessstand ...



... als auch in der 10m-Schiesshalle.

Auch bei den Pistolen-Sportlerinnen und -Sportlern war ein interessantes Programm angesagt. Die Pistolen-Gruppe konzentrierte sich an diesem Tag vor allem auf das «Duell-Schiessen» auf die 25m-Distanz.

Spiel und Spass

Der Abend gehörte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern und war frei von weiteren Theorie- oder Praxis-Ausbildungseinheiten.

Aber wie von den Zürcher Schiesssportlerinnen und Schiesssportlern zu erwarten war, legten sie sich nicht auf die «faule Haut» sondern liessen Tag weiteren sportlichen Einlagen und mit viel Spass verbunden ausklingen.



Gemütlicher Ausklang des Tages mit Spiel, Spass und kameradschaftlichen Aktivitäten.

Weiterführende Informationen

Weitere Informationen zum Zürcher Trainingslager stehen online zur Verfügung:



ZHSV.ch/News/2024/TL-Filzbach

