

## Sport Allgemein

Sportschießen wird auf der ganzen Welt in vielen verschiedenen Arten und mit den unterschiedlichsten Sportgeräten betrieben.

Am verbreitetsten ist das Schießen mit Luftgewehren und Luftpistolen. Diese beiden Sportgeräte werden mit Druckluft betrieben und erfordern höchste Präzision. Der Durchmesser des Zehners bei der Luftpistolenscheibe misst 11,5 Millimeter, derjenige bei der Luftgewehrscheibe lediglich einen halben Millimeter. Dieser Sport wird in Hallen auf die Distanz von 10 Metern in der Stellung stehend freihändig ausgeübt. Die physischen und psychischen Anforderungen im Schießsport sind hoch, denn Sportschießen bedeutet, sich über einen längeren Zeitraum hinweg voll zu konzentrieren, eine ruhige Hand zu haben, alle Bewegungsabläufe seines Körpers unter Kontrolle zu halten und sich durch nichts ablenken zu lassen.

Schießen ist ein vielseitiger Sport, der das Reaktions- und Konzentrationsvermögen des Schützen fordert und fördert.

Ein verbreiteter Irrtum ist der Glaube, zum Schießen gehöre ein gutes Auge und eine ruhige Hand. Eine durchschnittliche Sehkraft reicht vollkommen aus, da die verwendeten Zieleinrichtungen "Diopter" bzw. offene Visierung (Kimme und Korn) keine besonderen Anforderungen an das Auge stellen. Auch eine Brille ist kein Hindernis. Schießen stellt jedoch sehr hohe Anforderungen an die Konzentrationsfähigkeit und die Körperbeherrschung des Aktiven. Nur aus dem optimalen Zusammenspiel von Atem-, Ziel- und Abzugstechnik und einem sicheren Anschlag entsteht ein sauberer Schuss, der auf die Dauer zu höheren Ergebnissen führt als eine schnell "dahingeschlammte" Zehn. Die saubere Ausführung eines jeden einzelnen Schusses, die Technik also, ist das Ziel, und nicht die "10" - die kommt von ganz alleine.

Der Schießsport kann auf eine lange Tradition zurückblicken, bereits im Mittelalter gab es die ersten Schützen, doch erst im 19. Jahrhundert entwickelte sich daraus eine Sportart.

Bei den ersten olympischen Spielen der Neuzeit, im Jahr 1896, gab es bereits Schieß-Bewerbe und im Juli 1907 wurde die "Union Internationale des Federations et Associations Nationales de Tir" gegründet und allgemein gültige Regeln für den Schießsport festgelegt. Heute heißt der Internationale Schützenverband "ISSF".

(Text: Regina Time)