



## Sportschützen Kleinlützel



### J&S Kurs Sportschiessen Gewehr Kleinkaliber 50m Saison 2026

Zwischen April und Ende September organisieren die Sportschützen Kleinlützel einen J+S Kurs im Bereich Sportschiessen Gewehr 50m für Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 10 bis 20 Jahren. Die Jugend- und Nachwuchsausbildung erfolgt alters- und stufengerecht unter kompetenter Betreuung durch versierte Schützen unseres Vereins und ausgebildete J+S Leiter. Für den J+S Kurs stehen die benötigten Sportgeräte zur Verfügung. Auf die korrekte Handhabung und den sicheren Umgang mit den Sportgeräten wird grossen Wert gelegt und damit auch die Eigenverantwortung unserer jungen Athleten und Athletinnen gefördert. Sechs moderne, elektronisch betriebene Scheiben und ein gut ausgerüstetes Schützenhaus bieten ideale Trainingsmöglichkeiten für das sportliche Schiessen.

Die meisten Kurstage finden jeweils am Donnerstag ab 18.00 Uhr bis ca. 19.30 Uhr statt. Die Faszination am Sportschiessen liegt in der Kombination von Statik, Dynamik, Konzentration und Kraft. Nur eine gute Körperbeherrschung, eine hohe Fokussierung und Aufmerksamkeit lassen die Athleten und Athletinnen erfolgreich sein.

#### Kursthemen:

- Aufbau der Liegend Stellung
- Erlernen der Kernelemente (Atmung, Zielen, Schussauslösung, Nachhalten, Nachzielen)
- Erarbeiten der Kernbewegungen (Äusserer und Innerer Anschlag, Einsetzpunkte, Nullpunkt, Schussauslösung, Schussanalyse)
- Gymnastische und mentale Übungen
- Teilnahme an diversen Jugendwettkämpfen in unserem Verband SVRB.

Kursbeginn ist am Donnerstag 02. April 2026 um 18.00 Uhr im Schützenhaus der Sportschützen Kleinlützel.

Die Kurskosten für 18 Lektionen betragen Fr. 110.-

Gerne können auch Interessierte Erwachsene am Schiesskurs teilnehmen.

---

Anmeldeschein bitte in Blockschrift ausfüllen

Ich melde mich für den Kleinkaliber Jugend und Sportkurs 2026 an:

Name:..... Vorname:.....

Wohnort:..... Strasse:.....

Geburtsdatum:..... Telefon:.....

AHV Nr.:..... E-Mail:.....

Ort, Datum und Unterschrift der Eltern:.....

**Kursanmeldung** bis am Donnerstag 02. April 2026, 18.00 Uhr vor Ort, oder per Mail oder Briefpost

An: Dreier Fabian, Kundmatt 747, 4245 Kleinlützel

Mail: Dreier.Fabian@gmx.ch