



**Société Fribourgeoise des Tireurs Sportifs  
Freiburger Sportschützenverband**

Marcel Zürcher, Entraîneur cantonal  
Rte de Villaz 33  
1690 Lussy FR  
079 648 31 43  
laitlussy@bluewin.ch

An den Juniorentrainern  
der Schützenvereine G 10m des FSSV

## Technische Sitzung für die Trainer Gewehr 10m.

Lieber Trainer,

Gerne lade ich dich zu einer technischen Sitzung für die Trainer Gewehr 10m ein:

**Am Montag 26. Oktober 2020 im Schiessstand in Cottens um 19 Uhr.**

Folgende Punkte werden behandelt :

- Fundamente der Stehendposition wiederholen.
- Technische Fähigkeiten berichtigen, um die Bewegungen der Waffe auf dem Weg ins Ziel zu verbessern.
- Die Wichtigkeit der Atmung im Prozess des Schiessens.
- Was gibt es für Einstellungsmöglichkeiten mit dem aktuellen ISSF-Regelwerk.
- Diskussionen und Fragen.

Diese Themen verfolgen das Ziel, die individuelle Technik zu verbessern und somit den Lernprozess der Junioren zu begünstigen. Die Ungeduld der Junioren, die keine weiteren Fortschritte machen, führt nämlich häufig dazu, dass sie mit dem Schiesssport aufhören.

Die Teilnahme an dieser Sitzung wird sehr empfohlen, da sie dir ermöglichen wird, deine Kompetenzen zu ergänzen/erweitern sowie neue mögliche Lösungswege für weniger bekannte Aspekte zu finden.

Für weitere Fragen stehe ich dir natürlich gerne zur Verfügung.

Ich freue mich, dich im Schiessstand in Cottens zu treffen und verbleibe mit sportlichen Grüßen.

Marcel Zürcher