

Maren Prediger Juniorsportlerin des Jahres

Anderthalb Monate wählten die Nutzer der Homepage der Deutschen Schützenjugend die erfolgreichsten Athleten des Verbandes zum Juniorsportler und Juniorteam des Jahres 2009. In der Einzelwertung siegte die Petersauracher Bundeliga-topschützin Maren Prediger mit 97 Stimmen vor Lars Walker (72 Stimmen), der 2007 in Deauville mit 14 Jahren jüngster EM-Teilnehmer war. Dritte wurde die Luftgewehr-Einzel-europameisterin Isabella Straub (44 Stimmen). Die Luftgewehr-Gold-Juniorinnen von den Europameisterschaften in Prag mit Prediger, Straub und Sabrina Bär siegten mit 130 Stimmen in der Teamwertung. Die Sportler des Jahres 2009 erhielten Geldpreise in Höhe von insgesamt 3.000 Euro. Die Deutsche Schützenjugend bedankt sich bei dem Unternehmen Steinhauer & Lück sowie der Sportfördergesellschaft des Deutschen Schützenbundes für die Bereitstellung der Preisgelder und bei allen 539 Online-Wählern.



„Der Jahresanfang bietet sich an, neue Fitness-Initiativen zu starten.“

Wer sich häufig umschauf bei internationalen Wettkämpfen – und der Verfasser dieser Zeilen gehört zu dieser Spezies Mensch –, bemerkt in den letzten Jahren, dass die Anzahl der durchtrainierten Schützen zunimmt. Und immer mehr Aktive wissen, dass Fitness wesentlich zum Erfolg im modernen Schießsport beiträgt. Wie das funktioniert, erfahren Sie in dieser Ausgabe. Die ein oder andere Anregung ist sicher nützlich, damit Sie, liebe Leserinnen und Leser, Ihre schießsportlichen Leistungen verbessern können.

Allerdings wissen wir auch, wie mühsam ein regelmäßiges Fitness-training ist, wie weh es tut, den steifen Körper plötzlich zu dehnen, wie schwer es fällt, auf all die Leckereien zu verzichten, nur um sich „ausgewogen zu ernähren“. Aber glauben Sie mir, Sie werden auf den Geschmack kommen und zugeben müssen. Der Erfolg gibt den Experten recht.

Körperliche Fitness hilft beim Treffen

Der Jahresanfang bietet sich an, neue Initiativen zu starten. Ab Aschermittwoch beginnt die christliche Fastenzeit. Ohnehin haben die meisten von uns über die Weihnachtsfeiertage einige Pfunde zu viel angesammelt, die auch aus Gründen der Gesundheit purzeln sollten. Geht die Verbesserung des Schießsportergebnisses damit einher – das Angenehme wäre mit dem Nützlichen verbunden. Daher hat die DSZ dem Thema Fitness und Ernährung ihr Special gewidmet. Wer möchte, darf sich animieren lassen – auf eine möglichst erfolgreiche Saison.

In diesem Sinne wünscht Ihnen viel Spaß bei der Lektüre

Harald Strier