

Ins „Schwarze“ getroffen: In der Ruhe liegt die Kraft



Der hochkonzentrierte Schießsport zieht auch Frauen an. In der Ruhe liegt hier die Kraft. Mehr als Muskelkraft ist Disziplin gefragt. (Foto: Claudia Eckhoff)

Gevelsberg. (ce) „Sportschießen schult die Konzentration und macht Spaß“, sagt Christian Fricke, der erst seit einem halben Jahr diesem Hobby am Waldesrand-Sportplatz bei einem der ältesten Gevelsberger Schützenvereine nachgeht. Gegründet wurde der Schützenverein Silschede im Jahr 1872. Er trägt einen Bienenkorb mit zwei davor gekreuzten Gewehren im Wappen, weil der Stifter der ersten Vereinsfahne, Karl Quambusch, begeisterter Imker war.

Selbstbeherrschung und Atemtechnik

Christian Fricke hat sich dagegen als „Dickenflüsterer“ einen Namen gemacht. Er, der selbst über einhundert Kilo abgenommen hat, hilft nun beruflich anderen Menschen bei der Gewichtsreduzierung. Dazu hat er das „Adipositas-Netzwerk NRW“ gegründet. Er ist

tagsüber anzutreffen im Adipositas-Zentrum Hagen am Mops-Krankenhaus in Haspe.

„Beruflich habe ich viel Stress“, sagt der 32-Jährige. „Da brauche ich einen guten Ausgleich. Beim Schießen bin ich völlig ruhig, aber ganz auf eine Sache konzentriert, vertieft und fokussiert. Man braucht Disziplin, Ruhe, innere Stärke, Selbstbeherrschung und die richtige Atemtechnik.“ Jeden Montag erscheint er deshalb regelmäßig von 19 bis 22 Uhr zum Luftdruck-Training und übt sich darin, ins Schwarze zu treffen.

In Silschede, wo er neuerdings auch wohnt, fühlt er sich gut aufgehoben in dem bald 150 Jahre alten Schützenverein. „Die Sportleitung kümmert sich. Man wird an die Hand genommen und angeleitet“, lobt der Neuling. „Vom Vorbereiten des Schießstandes über

die Einrichtung des Gewehrs bis zum Umgang mit der Waffe und ihr sicheres Tragen und Halten ist viel zu beachten.“

Kontrolliert an die Waffe

Drei Frauen engagieren sich im Vorstand und doch sind 80 Prozent der Mitglieder Männer. Der Nachwuchs fehlt wie in vielen Vereinen. Manchmal werden aber Interessenten vorgestellt, die es gar allzu eilig haben, an eine eigene Waffe zu kommen. „Das befürworten wir nicht“, sagt ganz deutlich der erste Vorsitzende des Vereins, Thomas Juschka.

„Wir gehen verantwortungsvoll mit dem Waffenrecht um. Eine gründliche Personenkontrolle ist in Deutschland dem Waffenkauf vorgeschaltet. Nach dem regelmäßigen Training im Verein erfolgt auch die Sachkundeprüfung schließlich extern,“ so Juschka weiter.

Lesen Sie weiter auf Seite 7.