

**Zeitschrift:** Nidwaldner Kalender  
**Herausgeber:** Nidwaldner Kalender  
**Band:** 154 (2013)

**Artikel:** Die Übung macht das Ziel : Schiesssport  
**Autor:** Flüeler, Elsbeth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1030069>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Schiesssport

# Die Übung macht das Ziel

Um die absolute Mitte der Zielscheibe zu treffen, müssen Sportschützen in ihrer eigenen Mitte ruhen. Das bedeutet hartes Training.

Text und Bilder: Elsbeth Flüeler





Exakt 320 Meter pro Sekunde. Das sind 1150 Kilometer pro Stunde. Und nur 20 Meter pro Sekunde unter der Schallgeschwindigkeit. Die Kugel trifft auf die Zielscheibe. Kurz, dumpf und trocken knallt der Schuss.

Es ist Mitte Juli, das Wetter strahlend, Sommer. Morgens, wenn der Tag jung und die Sonne sanft ist, werfen die Bäume ihre Schatten auf das frische Gras. Tagsüber wird das Thermometer in die Höhe klettern. Das Licht wird über den Matten schwirren. Auch heute sind gewitterlose dreissig Grad angesagt. Es ist ein Sommertag, wie er im Bilderbuch steht – und Ferienzeit.

Ferien? Nicht für die Kleinkaliber-Jungschützen im Kanton. Eine Woche lang,



Nina Christen bringt Farbe in den Schiessstand.

Montag bis Freitag, stehen sie im Schiessstand und feilen an ihrer Technik. Von acht Uhr morgens bis fünf Uhr abends. Hunderte von Schüssen pro Tag werden sie schießen, Tausende in der Woche und dabei immer den gleichen Bewegungsablauf üben: Stellung aufbauen, laden, atmen, zielen, Druckpunkt fassen, Schuss auslösen, nachschauen. Immer und immer wieder, unermüdlich und mit höchster Konzentration. 18 Jungschützen widmen eine Woche ihrer Ferien dem Schiessen. 15 stehen im Schiessstand Buochs, drei weitere im Schiessstand Büren-Oberdorf am Aawasser, letz-

tere unter der Führung von Bruno Mathis, selber erfolgreicher Schütze und Trainer Jugend & Sport.

Auf Scheibe 7, das ist ihre Lieblingszahl, macht sich Nina Christen aus Wolfenschiessen

bereit, 18 Jahre alt, Europameisterin, Schweizer Meisterin und Mitglied im Nationalkader der Juniorinnen seit einem Jahr. Dreissig Kilogramm Material hat sie angeschleppt, in einer Tasche, die halb so gross und schwer ist wie sie selbst. Ihr Gewehr liegt bereits auf dem Gewehrstativ. An dessen Schaft, auf Brusthöhe, ist die Munition angebracht.

Sie fährt mit ihren feuerroten Fingernägeln durch ihr kupferrotes Haar und steckt es mit geschickten Bewegungen zu einem Knoten hoch. Dann bindet sie sich ein dunkelrotes Stirnband um. «Heute ist kein Wettkampf, da werde ich wohl kaum schwitzen», erklärt sie. Das Band zieht sie trotzdem an. Denn alles soll sich anfühlen wie immer. Diese



Woche will Nina an ihrer Haltung feilen und sich in ihr neues, massgeschneidertes Schiessgewand einleben, damit es die ihr eigenen und richtigen Falten annimmt.

Auf Scheibe 3 schießt Klaus Niederberger aus Dallenwil, 17 Jahre alt, Fahrzeugschlosser im zweiten Lehrjahr. Tagsüber steht er im Schiessstand, abends in den Planggen und hilft seinen Eltern beim Heuen. «3x60»: so heisst der Auftrag von Bruno. Kurz und knapp, mehr Worte sind nicht nötig. Bis am Mittag wird Klaus in allen drei Stellungen, liegend, stehend und kniend, dreimal sechzig Schuss schießen. Je eine gute Stunde hat er dafür Zeit. In den kurzen Pausen dazwischen wird er das Gewehr umbauen und Eistee trinken. Die Petflasche steht neben seiner Materialtasche, griffbereit. Mit ruhigen, aber flinken Bewegungen schießt Klaus Schuss um Schuss.

### **Steif wie ein Brett**

Nina hat unterdessen ihre dunkelgraue Thermounterwäsche angezogen. Fein, synthetisch und atmungsaktiv, wie eine zweite Haut liegt sie auf ihrem Körper. Denn keine noch so kleine Stofffalte soll ihr Wohlgefühl stören. Nun dehnt sie ihre Muskeln, an Beinen und Armen, Bauch und Rücken. «Ich versuche, immer das gleiche Körpergefühl aufzubauen, den gleichen Muskeltonus.»

Nina setzt erst die Schiessbrille auf – ein feines, kleines Glas schwebt vor ihrem rechten Auge. Dann eine Hutkrempe aus Schaumgummi, oben orange, unten schwarz – «das Chäppi gegen Fremdlicht von oben». Sie klemmt bei beiden Schläfen ein schwarzes Plättchen unter das Stirnband – «Blenden, damit mich seitlich nichts ablenkt»; und ein Plättchen vor das linke Auge – «die Augenblende, sie schont das Auge, das nicht zielt».

As nächstes schlüpft sie in den Schiessschuh aus blauem und weissem Leder. Dessen Sohle ist nahezu starr, einzig an den Fussballen lässt er sich biegen, ganz leicht nur und gerade soviel, wie es die Vorschrift zulässt. «Jedes noch so kleine De-



Fein ausgemäht: vom Schiess- zum Scheibenstand.

tail ist geregelt», sagt Nina und meint damit die 470-seitigen Wettkampfbestimmungen des Internationalen Schiessverbands.

Das allererste Mal schlüpft Nina nun in ihr neues Schiessgewand, das «steif ist wie ein Brett», damit es die Stellung der Schützin unterstützt und ihr Halt gibt. Sie steigt in die Hose und schliesst die Reissverschlüsse: hinten, links und rechts, an jedem Bein von Ferse bis Oberschenkel und vorn – vom linken Knie hoch bis zur Hüfte. Dann zwingt sie sich in den Tschopen, knöpft ihn mit fünf- und sechsfiber-grossen, metallenen Knöpfen zu und schlüpft in klobige, schwarze Handschuhe ohne Fingerkappen, so dass ihre Fingernägel wie Feuerbällchen leuchten, die nun nach einem Paar gelber Ohrenstöpsel greifen und sie in die Ohren stopfen.

### **Trocken üben, wiederholen**

Derweil steht Roman Durrer aus Dallenwil auf Scheibe 9 und setzt sein Gewehr zusammen: an den Gewehrlauf schraubt er das Diopter hinten, das Ringkorn vorne, die Handauflage unten, und an den Gewehrschaft die Hakenkappe hinten. Es ist ein einfaches Holzgewehr, «ein gutmütiges Gewehr», sagt Bruno der Trainer, «kein Alugewehr, wie die Nina eins hat, das keinen Fehler verzeiht», ein Gewehr, das deshalb seinen Besitzer seit 1990 schon zum fünften Mal gewechselt hat, immer mit dem ungeschriebenen Gesetz, nämlich an einen Jungschützen und zum gleichen Preis.



Roman ist 15 Jahre alt und Jungschütze seit zwei Jahren. Bis vor einem Monat hat er nur liegend geschossen. Heute übt er zum ersten Mal kniend. «Innesitze, dann trocken und dann 4x10 scharf», lautet sein Programm. Heisst: Roman wird erst die kniende Stellung üben, ohne Gewehr, dann mit Gewehr, aber ohne Munition, erst dann vierzig Schuss schießen. Roman besucht ab Herbst die dritte ORS, sein letztes Schuljahr. Dann, so hofft er, wird er eine Lehrstelle als Zeichner antreten. Denn er will Ingenieur werden.

Auch Nina übt trocken und vorerst nur den Stellungsaufbau. Fest steht sie auf dem Boden, die



Zeichen harter Arbeit: Leere Hülsen.

Füsse in den steifen Schuhen exakte 70 Zentimeter weit auseinander und quer zur Zielscheibe aufgestellt. Den Abstand braucht sie längst nicht mehr zu messen, die Füsse bringen sich von selbst in die richtige Position. Auch der Rücken weiss, wann die Stellung richtig ist und die Hüfte die gleiche Stellung hat, wie immer. Nur wenig fehlt noch. Nina dreht ihr rechtes Bein leicht nach innen, spürt dass das neue Gewand diese Stellung zulässt, die so gut ist: gleich wie immer.

Nun nimmt Nina das Gewehr vom Stativ. 5,8 Kilogramm Alu und Stahl stellt sie, leicht, als sei es eine Feder, auf ihren linken Handrücken, die Finger leicht nach unten gebeugt. Sie stemmt ihren linken Ellbogen auf die linke Hüfte, drückt

das Gewehr gegen ihre rechte Schulter, legt die Wange auf die Backenkappe, schaut durch das Glas der Schiessbrille, durch das Diopter und das Ringkorn, auf das Schwarz der Zielscheibe und verteilt dabei gleichzeitig das Gewicht des Gewehrs auf den ganzen Körper.

Ganz fein schiebt sie die linke Hüfte nach vorn, spannt die Muskeln am Bein an, entspannt den rechten Oberschenkel, damit es sich anfühlt, als ob alles Gewicht auf dem vorderen, linken Bein stehen würde, dann spannt sie das rechte Bein wieder an. Da ist es wieder, dieses Gefühl das ihr sagt: «Ja, ich bin am richtigen Punkt». Regungslos steht sie da, eine Minute lang. Nur wenig und ganz ruhig bewegt sich das Gewehr, senkrecht hinauf und hinunter, im Rhythmus ihres Herzens, das den Takt angeben wird für den Schuss, der zwischen zwei Herzschlägen fallen soll.

Während des Wettkampfs, wenn die Nervosität steigt und Ninas Puls ausbricht, dann sagt sie sich: «So jetzt», legt das Gewehr beiseite und atmet. Ruhig. Schnauft aus, lässt die Schultern fallen. Und wieder ein. Und wieder aus. Und lässt die Schultern fallen. «Das funktioniert recht gut», sagt Nina. «Dann fällt der Puls, oder er pendelt sich auf einem höheren Niveau wieder ein.»

Nun legt Nina das Gewehr auf das Stativ, schaut eine kurze Weile versunken vor sich hin, bevor sie die Stellung erneut aufbaut. So übt sie den ersten Schritt zum Schuss, immer und immer wieder. Dann knöpft sie die neue Jacke auf, öffnet den Reissverschluss und holt sich, silbrig verpackt und schweizerrot beschriftet, ein Pack Militärbiscuits.

### **Nur das Nötigste**

«All this love», rappt Yvan Peacemaker aus dem Radio, das immer dann läuft, wenn der Schiessstand den Jungschützen gehört. Die Klangkiste ist, wenn sie hier drin sind, ihr einziger Kontakt zur Aussenwelt. Denn die Schiessanlage Büren-Oberdorf, das sind: der Schiessstand, ein rechteckiger Raum, zwölf mal fünf Meter gross, fünfzig



Meter weit davon entfernt der Scheibenstand, umgeben von Betonwänden zur Sicherheit der Passanten und dazwischen zwei Reihen von weissen Fähnchen, die den Schützen Richtung und Stärke des Winds anzeigen.

Ebenso funktional und schmucklos ist auch der Schiessstand selber: In der offenen Front, auf der Ladebank, zeigen zehn tellergrosse, weinrote Monitoren die Schussresultate an, zehn Alubüchsen sind für die leeren Patronenhülsen bestimmt – eine davon mit Etikett «bouillon de bœuf, 1 kg». Hinter der Ladebank stehen zehn Pritschen, welche die Schützen aufklappen, wenn sie liegend schiessen. Dann folgen: ein Gang, die Wand und hinter der Wand – die Schützenstube, gefüllt mit

Trophäen, Kränzen, Bechern und den Fahnen des Vereins.

«All this love, she show me how to sing it», tönt es aus dem Radio. In enge Schützengewänder gezwängt, trainieren Nina, Roman und Klaus eine ganze Woche lang. Von acht Uhr morgens bis fünf Uhr abends. Tausende von Schüssen schiessen sie und üben dabei mit jedem Schuss den gleichen Bewegungsablauf: Stellung aufbauen, laden, atmen, zielen, Druckpunkt fassen, Schuss auslösen, nachschauen. Mehrere hundert Schuss pro Tag, Tausende in dieser Woche. Mit dem immer gleichen Ziel: Die absolute Mitte treffen, 10,9.

All this love, «... she know the key to play it». Nach dem Programm von Bruno Mathis, ihrem Trainer. Liegend, stehend oder kniend. All this love: «...she give me the rhythm to beat it».

Denn die drei Jungschützen haben sich hohe Ziele gesetzt: Klaus will bei den Schweizer Meisterschaften im September unter die ersten Fünfzehn im Dreistellungsmatch 3x40 kommen, wofür er 1120 von möglichen 1200 Punkten braucht, Roman bei der Zentralschweizer Meisterschaft mitmachen, da 530 von 600 Punkten im Dreistellungsmatch 3x20 und später «ninamässig» schiessen. Und Nina?

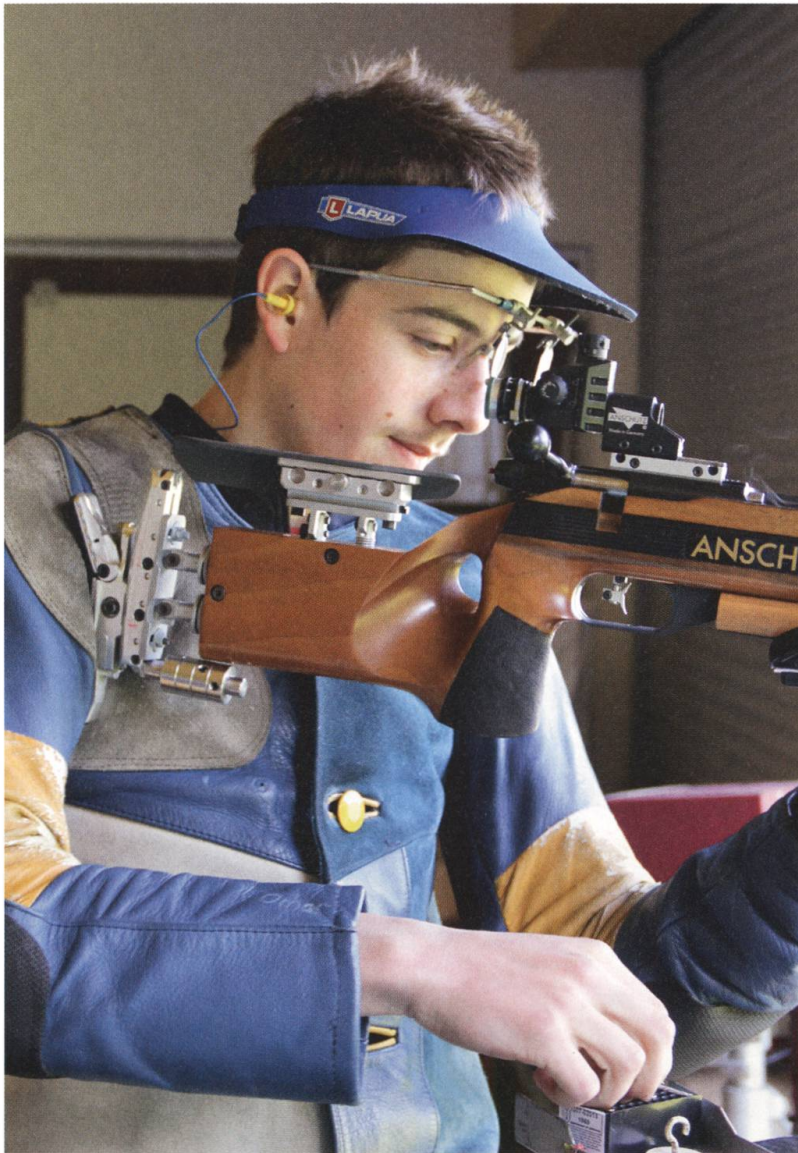
### **Erster Schuss mit 12**

Früher begleitete sie ihren Vater, damals Schützenmeister, wenn er hier nach dem Rechten sah. Damals gab es noch keine elektronische Trefferanzeige, dafür Laufscheiben, die



Roman Durrer: Jungschütze mit improvisierter Augenblende.





Schuss um Schuss, den ganzen langen Tag: Klaus Niederberger.

auf Knopfdruck hin- und hersausten. «Es waren grüne Knöpfe», erinnert sich Nina. Mit zwölf ging sie mit zum ersten Schiesstraining. Doch diese Geschichte will Nina nicht selber erzählen. Denn prahlen ist des Schützen Ding nicht und die Aufrichtigkeit eine Tugend, die bei den Schützen Legendären schreibt.

Auf das schlechte Resultat etwa und die Bemerkung des Kollegen, er solle womöglich sein Gewehr kontrollieren lassen, antwortet der Schütze: «Neinei, das ist nicht das Gewehr, das ist der Schütze.» Und so erzählt denn Bruno die Geschichte, als Nina zum ersten Mal, mit einem «hunzkommunen» Gewehr gleich 550 Punkte von 600 möglichen schoss, ein Spitzenresultat, mit

dem sie sich auf der Stelle für die Schweizer Meisterschaft qualifiziert hätte.

Denn Bruno hat Ninas Karriere von Anfang an begleitet. Der Ennetbürger ist 46 Jahre alt, Schütze seit 38 Jahren, ein Experte und Meister in vielen Disziplinen: Luftgewehr 10 Meter, Kleinkaliber 50 Meter und Karabiner 300 Meter. Dabei hätte sein Start schlechter nicht sein können, als er im Eichli in Stans auf der Armbrust zehn Pfeile im Boden versenkte und auf dem letzten Platz landete. Bruno weiss deshalb, dass man mit Ausdauer und Wille ein erfolgreicher Schütze werden kann. «Suiber schaffe» ist seine Losung.

Tag für Tag führt er Klaus, Roman und Nina einen kleinen Schritt weiter zum Erfolg, beobachtet, korrigiert und beruft sich auf die Wettkampffregeln des Internationalen Schiessverbands, deren 470 Seiten er kennt und anzuwenden weiss. Unerbittlich und streng erinnert er an das Ziel des Schiessens, nämlich die Perfektion. «Erst wenn du sech-

zig Mal die Zehn ablassen kannst, hast du dein Ziel erreicht.»

### **Ehrensache: Bescheidenheit**

Ihr Talent stellte Nina in den letzten Jahren vielfach unter Beweis. Die grösste Auszeichnung bisher erfuhr sie an den Europameisterschaften im finnischen Vierumäki am 16. Februar 2012 mit dem Luftgewehr im Teamwettbewerb. Da stand sie mit ihren Kolleginnen zuoberst auf dem Podest. Zur Siegerehrung malten die drei jungen Frauen ihre Fingernägel in Schweizer Rot mit weissem Schweizer Kreuz an. «Die Juniorinnen aus Tschechien und Italien machten das dann nach, mit ihren Landesfarben», lacht Nina. Doch



ebenso stolz ist sie auf ihren Titel als 10-Meter-Junioren-Schweizer-Meisterin, den sie am 6. März 2011 in Bern mit einem nationalen Spitzenresultat schoss. «Weil nur du selber das geschossen hast. Du weisst noch ganz genau, wie der Tagesablauf war, was du geschossen hast, wie du dich den ganzen Tag gefühlt hast. Diese Erinnerung gehört nur dir allein.»

Was ihr die Zukunft als Schützin bescheren wird, will sie auf sich zukommen lassen. Denn Wettkampfziele, davon ist sie überzeugt, funktionieren nie wirklich und ganz. Selbstverständlich möchte sie den Europameistertitel verteidigen. Schön wäre es auch, an der Weltmeisterschaft von 2014 in Granada dabei zu sein.

Ihr Talent ermöglichte ihr auch die Aufnahme ins Sportgymnasium in Luzern, in ein Umfeld, das dem Schiessport kritisch gegenübersteht. Als im Februar 2011 die Volksinitiative «Für den Schutz vor Waffengewalt» zur Abstimmung gelangte, musste sich Nina für ihren Sport wehren. «Ich bin sonst nicht die, die auf der rechten Seite steht.»

Doch bei dieser Initiative stand sie genau da, nur weil sie nicht wollte, dass «alles in die Brüche geht wegen ein paar Leuten, die Amok laufen mit einem Gewehr, wie wir es haben».

Aber für Schützen sei das Gewehr keine Waffe, sondern ein Sportgerät. «Ich mache mit meinem Gewehr keinen Amoklauf, ich schiesse auf eine Scheibe, ich treibe Sport.»

### **Der innere Anschlag**

Das Schiessen, früher eine staatsbildende Tätigkeit und ebenso wichtig wie der Kirchgang, ist heute nur mehr eine Randsportart. Der Mitgliederbestand der zwölf kantonalen Schützenvereine ist innerhalb von zwanzig Jahren von 4000 auf 1800 Schützinnen und Schützen gesunken. Der Grossteil davon schiesst das Obligatorische. Lizenziert und aktiv sind nur 550 Schützen. «Unsere Vereine fordern und fördern die Jugendlichen», heisst deshalb eine Regel bei den Kleinkaliberschützen Büren-Oberdorf «nehmen ihre Anliegen auf und lassen sie mitgestalten.»



Bruno Mathis, Trainer J&S, arbeitet an der Haltung von Nina, Mitglied des Nationalkaders.



Der Verein hilft dem Nachwuchs, wo er kann, vernietet für wenig Geld Schiessbekleidung und Gewehre, die zusammengerechnet gut und gerne 15'000 Franken kosten, würde man alles neu kaufen. Die Förderung zeitigt guten Erfolg: Nidwalden gilt schweizweit als eine Hochburg für erfolgreiche Jungschützen mit dem Gewehr 10 und 50 Meter.



Noch am Druckpunkt, im Geist schon bei der 10,9.



Wenn sich alles nurmehr ums Schiessen dreht.

Roman «sitzt inne». Er kniet auf dem Boden, regungslos, hält den linken Arm leicht angewinkelt, die Hand auf Augenhöhe, einen halben Meter vom Kopf entfernt, minutenlang. Dann verändert er die Stellung, probiert, fünfmal, sechsmal, siebenmal, achtmal. Endlich ist Bruno zufrieden: «Dieses Gefühl musst du haben, jedesmal wenn du kniend schiest.» Roman steht auf. Er holt ein

Mars, reisst die Verpackung auf und beisst in die Schokolade. Die feine Schicht Karamel zieht Fäden. Träg fallen sie über die Candycreme.

Innerer Anschlag, so nennen die Schützen das Gefühl, das ihnen Höchstleistungen ermöglicht, das nebst dem perfekten Stellungsaufbau auch die psychische und mentale Grundhaltung meint. «Der perfekte innere Anschlag», sagt Nina «das ist

dieses Gefühl, wenn du aufstehst, es dir gut geht und du genau das machen kannst, was du willst.» Auf der Fahrt zum Wettkampf denkt Nina deshalb, dass sie nun machen wird, wozu sie Lust hat.

«Diese Stimmung nimmst du mit in den Schiessstand, der dann wie ein Schalter funktioniert. Sobald du den Stand betrittst, kippst du ihn um, löst dich aus dem übrigen Leben heraus, und dann geht es nur noch ums Schiessen. Alles andere ist ausgelöscht.» Wie so vieles im Leben von Nina hat auch dieses Gefühl eine Farbe. Es sei himmelblau, sagt sie, «tätschellblau wie jetzt der Himmel». Eigentlich erstaunlich, meint sie, denn ihre Lieblingsfarben seien himbeerrot und königsblau.

Es gibt auch Tage, wo sich dieses Gefühl nicht einstellen will, «weil mich vielleicht am Abend zuvor etwas genervt hat». Für diesen Fall hat sie Anhaltspunkte bereit, die ihr helfen, die Stellung aufzubauen, oder sie muss Kompromisse einge-

hen: das Bein vielleicht etwas weiter nach vorne stellen, um eine Annäherung an den inneren Anschlag zu erzielen.

Auf Scheibe 3 hat Klaus die ersten sechzig Schuss liegend absolviert. Es ist gut gelaufen. Dann hat er die Pritsche hochgeschlagen und das Gewehr für die nächsten 60 Schuss stehend umgebaut. Nun legt er eine Messlatte auf den Boden. Zwischen 10



und 20 sowie 70 und 80 Zentimetern geben rote Striche die Position an, wo seine Füsse sein sollen. Noch braucht er diese Hilfe, zur Sicherheit. Die Sequenz, stehend, lässt sich gut an: 9, 9, 10, 9, 8, 9, 9, 9, 8, 10. Zwischendurch jedoch lässt Klaus die leeren Hülsen in weitem Bogen aus dem Gewehr spicken, zeigt damit seine Ungeduld und innere Anspannung an. Dann schaut Bruno jeweils kurz hin, kontrolliert die Stellung, ab und zu gibt er einen kurzen Rat. Am Abend wird Klaus die leeren Patronen im und vor dem Stand zusammenlesen – müssen. Denn «Hülselen» gehört zum Schiesssport wie das Abwaschen zum Essen und ist ebenso unbeliebt, bei den Schützen jeden Alters. Weshalb die Veteranen das «Hülselen» gerne als Pflicht der Jungschützen betrachten. Wer ihr nicht nachkommt, bezahlt einen Fünfliber in die Mannschaftskasse. Gleichviel berappt, wer flucht oder eine Prise Tabak schnupft.

### Volles Fitnessprogramm

«Das Schiessen braucht Kondition», sagt Nina. «Wenn die Kraft nachgibt bist du plötzlich nicht mehr im «Zähni», sondern im «Neini» ussä.» 23 Stunden pro Woche drückt sie die Schulbank. Zehn Stunden hält sie sich fit: fährt Velo, geht joggen, schwimmt oder trainiert im Krafraum Arme und Beine, Rücken und Bauch. Die meiste Zeit jedoch verbringt sie mit Schiessen: jeden Abend von Montag bis Donnerstag im Schiessstand Büren-Oberdorf, davon ein Abend alle zwei Wochen im Schiessstand des Nationalkaders in Cham und die Wochenenden bei Wettkämpfen in der ganzen Schweiz. Immerhin: Ab und zu geht auch Nina in den Ausgang, zusammen mit ihrem Freund. Dann wollen sie tanzen, in Luzern oder sogar in Zürich. Wie das alles Platz hat? «Man muss nur gut einteilen», meint Nina.

Radio Pilatus gibt das «Feel» von Robbie Williams: «I just want to feel real love». Auch wenn der Tag heiss wird, im Schiessstand Büren-Oberdorf steigt die Temperatur dank dem nahen, kühlen Aawasser und dem leichten Wind, der das Engel-

bergertal hinaufweht, kaum je über 25 Grad. Der schmale Raum ist Richtung Stans geöffnet. Ländlich, unverbaut und grün ist die Sicht auf das Dorf und den Kirchturm, auf den Bürgenberg und den Lopper, die nur ein schmaler Streifen Wasser voneinander trennt.

Roman schießt sein Programm kniend, etwas unetset noch, doch mit jedem Schuss sicherer. An der Zentralschweizer Meisterschaft am 12. August in Buochs hat er statt der erträumten 530 sogar 539 Punkte geschossen, und auch Klaus hat mit 564



Das Fettauge liegt kaum jemals mitten in der Suppe.

Punkten persönliche Bestleistung geschossen und den dritten Rang erreicht.

Nina macht sich zum Schuss bereit: hebt das Gewehr vom Stativ und baut die Stellung auf. Mit knappen Bewegungen greifen die Finger nach der messinggelben Patrone, stecken sie ins Gewehr, schieben den Ladehebel nach vorne, dann hinunter: Die Munitionskammer ist geschlossen, das Gewehr geladen. Regungslos steht Nina da, die Muskeln von Kopf bis Fuss unter Kontrolle und im Gleichgewicht, das Gewehr ist auf die



linke Hand gestützt. Die Wange liegt auf der Backenkappe, das Auge schaut durch Diopter und Ringkorn auf das Schwarz der Zielscheibe. Acht Millimeter Durchmesser misst der innerste Kreis, den es auf fünfzig Meter Distanz zu treffen gilt. Will sie den Europatitel verteidigen und an den Weltmeisterschaften in Granada im 2014 im Final mit dabei sein, wird sie mindestens 580 Punkte schiessen müssen. Zwanzig Punkte nur darf sie auf sechzig Schuss verlieren.

### **Mit dem Puls gehen**

Nina schaut auf die Fähnchen zwischen Schiessstand und Zielscheibe. Sie zeigen einen leichten Wind an, der vom Aawasser her weht, die Sonne steht schon über den Wallenstöcken, kein Schatten fällt auf die Zielscheibe: ideale Bedingungen. Und so legt sie denn den Zeigfinger der rechten Hand um den Abzug, zieht ihn leicht nach hinten, bis zum Druckpunkt, atmet, einmal, zweimal und hält den Atem an. Das Gewehr bewegt sich, fast unmerklich, senkrecht hinauf und hinunter, nur mehr im Rhythmus ihres Herzens, das den Takt für den Schuss angibt, der zwischen zwei Schlägen fallen soll ...

... padom ...

... Nina spürt ihren Puls – der Abzug leistet siebzig Gramm Widerstand ...

... padom ...

... die Nina aufhebt, während sie sich gleichzeitig entspannt – der Schlagbolzen tippt auf den Patronenboden, der Schlag entzündet die Zündmasse, die Zündmasse sprüht einen Funken aus, der

Funken springt auf die 0,1 Gramm Schiesspulver über, welches die Kugel aus dem Lauf katapultiert – mit 320 Metern pro Sekunde Geschwindigkeit schießt sie über die Bahn – 1150 Kilometer pro Stunde, und nur zwanzig Meter pro Sekunde unter der Schallgeschwindigkeit ...

... padom ...

... das Gewehr schlägt gegen Ninas Schulter, der Schlag wird vom Gewand abgefedert. Trocken, dumpf und kurz knallt der Schuss, während ein kleiner, grauer Rauch dem metallenen Gewehrlauf entschwebt und sich in der grünen Landschaft auflöst ...

... padom ...

... padom.

Zwei Herzschläge lang verharrt Nina in der Stellung und schaut dem Schuss nach. Der Gewehrlauf bewegt sich leicht und senkrecht nach oben und zurück in die ursprüngliche Position: ein gutes Zeichen. Dann fahren ihre Augen nach rechts, zum Monitor. Der Kopf folgt dem Blick, ganz leicht nur. 10,6. Sehr gut. 10,9 wäre perfekt.

*Elsbeth Flüeler stand im Rahmen dieser Reportage zum ersten Mal in ihrem Leben in einem Schiessstand und schoss – sie ist Schütze im Aszendent: 5, 5, 8, 8, 9, 0, 8, 7, 8, 8. Elsbeth Flüeler ist Geographin. Als freischaffende Reporterin schreibt sie über Berge, Natur, Kultur und Landschaft. Sie lebt in Stans und Fribourg.*