

Perfekt mit der Flinte: Die Anschlagbewegung

Der Weg zum perfekten Flintenschützen ist weit weniger dornig, als man glaubt. – Buch-Auszug aus dem besten Werk zum Thema „Schrotschuss“.

... Das Wichtigste bei der Anschlagbewegung ist, dass die Flinte mit den Armen bewegt wird. Körperteile, die nicht unmittelbar mit der Flinte in Verbindung stehen, werden nicht bewegt. Die linke Hand hält die Mündung auf einer Höhe konstant, während die rechte Hand den Schaft geradlinig von unten bis unter das Jochbein führt. Ist die Position ansonsten unverändert geblieben, dann sitzt der Schaft automatisch auch wieder in der Schulter. Das Hauptaugenmerk liegt somit darauf, dass der Schaft zum Gesicht hinaufgehoben wird. Mit der Kontaktnahme mit der Wange unter dem Jochbein rastet er gleichsam ein und sitzt gleichzeitig auch fest in der Schulter.



Alle Fotos: Markus Zeiler

Wenn alles passt, sieht es ganz leicht aus.

Keinesfalls darf der Schaft als erstes in die Schulter gestemmt und danach der Kopf zum Schaftücken hinunter gedrückt werden. Zwei entscheidende Fehler resultieren aus dieser Vorgehensweise: Zum einen muss dadurch der Kopf seitlich geneigt und damit die Halswirbelsäule überstreckt werden, wodurch die Muskulatur des Schultergürtels unnötig angespannt wird. Sobald der Kopf beim Anschlag eine Bewegung zum Schaft macht, ist man außerdem geneigt, die gleiche Bewegung auch wieder rückgängig zu machen. Die solide Verbindung zwischen Wange und Schaft, ein wesentliches Merkmal eines guten Anschlages, muss bei diesem falschen Bewegungsablauf durch Muskelkraft erzeugt werden, da der Kopf hinunter gedrückt werden muss. Richtigerweise sollte der Kopf aber in seiner lockeren Haltung verharren und der Schaft den Kopf in der richtigen Position fixieren, indem er unter dem Jochbein einrastet. Halswirbelsäule und Kopf bleiben damit auch in einer Achse, was ebenso ein wesentliches und gut erkennbares Merkmal eines soliden Anschlages ist.

Wichtig: Die linke Hand

Die Haltung und die Position der linken Hand sind ebenso entscheidend, denn diese bestimmt letztlich den Winkel, welchen die Flinte zur Schulterachse einnimmt. Als kleine Eselsbrücke bezüglich der Haltung der linken Hand dient die Vorstellung, dass Schrotschießen im Wesentlichen eine Zeigeübung ist. Die Flinte und der daraus abgefeuerte Schuss kann als Verlängerung des Zeigefingers beziehungsweise der Zeigefinger beider Hände gesehen werden. Aus diesem Grund macht es auch Sinn, die Finger der linken Hand am Vorderenschaft entsprechend der Zeigeübung nicht quer zum Lauf zu halten. Der linke Zeigefinger würde sonst nämlich rechtwinklig zur Schussrichtung liegen. Richtigerweise hält man seine linke Hand daher so, dass die Finger annähernd parallel mit der Laufrichtung sind. Der Zeigefinger kann so entlang des Vorderchaftes weiterhin in Schussrichtung zeigen und damit die „Zeigeübung“ unterstützen, während der Daumen und die



Jagdanschlag:
Die Ausgangsposition.



Das Auge ist über der Laufschiene, der Kopf gerade, und Halswirbelsäule und Kopf sind in einer Achse. Der Kopf ist jedoch leicht nach rechts gedreht, sodass die Wange parallel zum Schaft wird.



Richtige Anschlagbewegung:
Die Flinte gleitet am Körper hinauf.



Das Gewehr sitzt zu tief in der Schulter, dadurch ist der Kopf zu stark vorgeneigt. Die verkrampte Haltung erschwert einen flüssigen Bewegungsablauf.



Der Kopf ist geneigt, das linke Auge übernimmt. Das führt zu einem Linksschuss.



Richtiger Anschlag:
Die Flinte rastet satt unter dem Jochbein ein.



Ablauf einer perfekten Anschlagbewegung.
Die Flinte wird nur mit den Armen bewegt. Körperteile, die nicht unmittelbar mit der Flinte in Verbindung stehen, werden nicht bewegt. Die linke Hand hält die Mündung auf einer Höhe konstant.



Flinte

Von Nicky Szápáry.

160 Seiten.
An die 100 Farbfotos
von Markus Zeiler.
Exklusiv in Leinen.
Österr. Jagd- und
Fischerei-Verlag,
Wien.

€ 31,-

Der Weg zum verlässlichen Flintenschießen ist meist mit vielen Irrwegen und ganzen Wagenladungen an Patronen gepflastert. Dabei wäre es so einfach, wenn man es nur Schritt für Schritt erlernte. Nicky Szápáry, Olympia-Teilnehmer und Schießlehrer in Österreich und den USA, kennt die Probleme ganz genau, mit denen Flintenschützen zu kämpfen haben. Ein kleiner Streifzug durch die Themen:

- Gebrauchtwaffenkauf – worauf achten?
- Welches Kaliber?
- Standardschaft oder Maßschaft?
- Die Anschlagbewegung
- Der richtige Schwung nach links/nach rechts
- Der Schnappschuss – besser als der gezielte Schuss
- Vorhalten oder Vorschwingen?
- Die Traptaube bei der Jagdprüfung, u. v. a. m.

Kurz und prägnant zielt dieses Buch vor allem auf eines ab: Die Flintenpraxis jedes Schützen durch leicht nachvollziehbare Hilfestellungen erfolgreicher zu gestalten. Der Weg zum erfolgreichen Flintenschützen wird durch aussagekräftige Bewegungsstudien – an die 100 hervorragende Farbfotos von Markus Zeiler – für jeden gegeben.

Senden Sie mir bitte sofort das Buch „Flinte“
von Nicky Szápáry (€ 31,-)

Name:

Adresse:

Bitte diesen Abschnitt oder Kopie einsenden an:
Österr. Jagd- und Fischerei-Verlag, 1080 Wien, Wickenburggasse 3.
Oder anrufen: 01/405 16 36-25. Oder faxen: 01/405 16 36-36.
Oder mailen: verlag@jagd.at Internet: www.jagd.at

drei anderen Finger den Vorderschaft umgreifen. Die Folge dieser Handhaltung: eine sehr entspannte Armhaltung, da die Flinte von unten gehalten wird und man weniger Gefahr läuft, dass sie mit der linken Hand horizontal bewegt wird.

Wenn Sie nun eine Flinte zur Hand nehmen und im Jagdanschlag von oben über den Lauf blicken, dann zeigt dieser schräg über Ihren linken Fuß, sodass er gleichsam die große Zehe „abschneidet“. An welcher Stelle die linke Hand die Flinte hält, ist individuell verschieden. Ein guter Orientierungspunkt ist normalerweise der mit Fischhaut versehene Bereich. Man hält die Flinte mit beiden Händen so, dass sie auf den Händen „liegt“ und man das Gewicht der Flinte spürt beziehungsweise von unten unterstützt. Die Schulter- und Armhaltung ist ansonst ganz entspannt. Automatisch ergibt sich dadurch ein natürlicher Winkel zwischen Schulterachse und Flinte, der je nach der linken Handposition mehr oder weniger spitz ist. Wichtig ist dabei, diesen Winkel zuzulassen, so wie er durch eine entspannte Position entsteht. Keinesfalls darf man die Flinte mit der linken Hand vom Körper wegdrücken, damit der Winkel zwischen Schulterachse und Flinte stumpfer wird.

Übung

Dazu eine kleine Übung:

Um einen Anschlag richtig durchzuführen und zu automatisieren, stelle ich mich im Jagdanschlag vor einen Spiegel. Dabei halte ich die Mündung meiner Flinte auf Höhe meines „Schießauges“. Die Abzugshand bewegt nun den Schaft am Körper entlang in Richtung Gesicht und ohne den Schaft vom Körper wegzuheben. Dabei wird der Kontakt zwischen Schaft und Körper stets aufrecht erhalten. Der Kopf wartet völlig unbewegt auf das satte Einrasten des Schaftes unter dem Jochbein, und die linke Hand hält die Mündung der Flinte während des gesamten Vorganges konstant auf Höhe und in Richtung des Schießauges.

Zuerst Zeitlupe, dann schneller

Gelingt diese Anschlagbewegung im Zeitlupentempo ziemlich verlässlich, so kann man das Tempo langsam steigern. Der Anschlag soll nicht hastig oder hektisch wirken, aber resolut. Wenn die Schaftoberkante dabei immer wieder an die gleiche Stelle unter dem Jochbein einrastet, ohne dabei den Kopf bewegt zu haben, beherrscht man den Anschlag gut. Der Abstand zwischen Schaftoberkante und Auge definiert die Treffpunktlage der Flinte. Ausschlaggebend ist daher, dass bei jedem Anschlag immer der gleiche Abstand zwischen dem Auge und der Schaftoberkante erreicht wird. Im Anschlag wird das Auge genau in der Verlängerung der Laufachse, jedoch etwas über der Ebene der Laufschiene fixiert. Diese Anschlagbewegung wird durch Wiederholung so automatisiert, bis sie schließlich völlig unwillkürlich vor sich geht. Und genau darauf kommt es auch bei der Vorbereitung zum Schuss an ...

Aus dem Buch „Flinte“ von Nicky Szápáry