

Chapter 02

Ist die Tasse leer?

Wenn wir „unsere Tasse geleert“ haben, können wir ohne weiteres unsere Reise beginnen...

Das Skeet-Schießen entstand ursprünglich als Ersatz für die Jagd. Für die Zeitschriften National Sportsman und Hunting and Fishing, die sowohl als Sponsoren auftreten für diese Wurfscheibendisziplin als auch eine wichtige geschichtliche Informationsquelle darstellen, war das Hauptziel des Skeet „die Jäger außerhalb der Jagdsaison beschäftigt zu halten“.

Seit dem Jahr 1910 oder 1915 – die Meinungen über das Geburtsjahr dieser Disziplin gehen auseinander – findet noch bis zum heutigen Tag eine gewaltige Entwicklung statt. Jene Sportart, die einmal als notgedrungener Zeitvertreib für Jäger entstanden war, stieg zur olympischen Disziplin auf (1968 in Mexico) und hat sich um als olympische Disziplin weiter zu bestehen, bis auf das äußerste verkompliziert. Die Spaltung dieses Sports hinsichtlich seiner Anfänge ist auf schier unglaubliche Weise haften geblieben.

Aber worin besteht diese Zweideutigkeit?

Sie besteht darin, entstanden zu sein als Disziplin für Jäger und als solche auch verbunden war mit einer Ausführungstechnik für Jäger, welche zwar immer ausgereifter wurde, aber immer noch für die Jagd gedacht war.

Denken Sie an D. Lee Braun, ein angesehener „Automatic Skeet“ Schütze aus den USA, mehrmaliger Nationalmeister und Autor mehrerer Veröffentlichungen über das Skeet. In seinem Handbuch „Skeet-Schießen mit D. Lee Braun“ beschäftigt er sich fast ausschließlich mit der Analogie der beiden Ausgangssituationen des Schießens.

Heute ist es nicht mehr so.

Das Skeet hat ein technisches Niveau erreicht, an dem man nicht mehr so tun kann, als ob es keine Weiterentwicklung gegeben hätte und man den Sport weiter so ausübt wie vor dem Jahr 1993.

Im Jahr 1993 wurde nämlich entschieden, eine Dublette bei der Station einzufügen, bei der bisher im Halbkreis noch keine vorgesehen war: bei Station vier. Diese durchaus notwendige und überfällige Entscheidung trug dafür Rechnung, dass alle Rekorde im Skeet mehrmals gebrochen wurden. Alle veralteten Skeet-Techniken wurden auf einen Schlag abgelegt und man war gezwungen, neue Wege einzuschlagen und Lösungen zu finden, um die unvorhersehbaren Schwierigkeiten bewältigen zu können, die bei der Einführung der neuen Dublette entstanden waren. Schon einige Jahre zuvor rief die Einführung der beiden Dubletten an Station drei und fünf selbst bei erfahrenen Schützen Besorgnis und Probleme hervor. Viele schafften es hier schon nicht, sich an die neuen Regeln anzupassen, aber die Dublette an Station vier stellte für die Schützen nun das Maximum aller möglichen technischen Komplikationen dar!

Die Schwierigkeit der Kontrolle...

Aber worin bestand – und besteht in vielen Fällen heute noch – für die Schützen die fundamentale Schwierigkeit beim Schießen auf diese Dublette? Sie bestand hauptsächlich darin, die Kontrolle über die zweite der beiden Scheiben, derjenigen aus dem Niederhaus, zu behalten. Der Grund hierfür lag ganz einfach in der damalig gebräuchlichen Schießtechnik begründet, bei der ersten Scheibe der Dublette weiter vorzuhalten als nötig, mit einer folglich verspätung beim Anlegen auf die zweite Scheibe und die daraus resultierende Unmöglichkeit der Kontrolle über diesen Schuss. Es sah dann so aus, dass der Schütze bei allen anderen Stationen in der Lage war, den Schuss auf die zweite Scheibe der Dublette zu kontrollieren, da sich ja die Scheibe an seine Schießposition annäherte. Bei Station vier jedoch sah sich der Schütze vor das Problem gestellt, dass die zweite Scheibe der Dublette sich scheinbar sehr schnell von seiner Position aus entfernte! Dieses neue Szenario bereitete dem Schützen ein fortwährendes Gefühl der Unruhe und Unsicherheit, welches – alle die den Schießsport betreiben wissen das – eine äußerst ungünstige Ausgangssituation für den Schützen darstellt, die es in der Tat schwierig und oft auch ganz unmöglich macht, einen Schuss rational, kontrolliert und wirkungsvoll auszuführen.

Die gesamte Bewegung rationalisieren

Das Hauptthema war also die Rationalisierung der Schießbewegung innerhalb eines gesamten Durchgangs im Skeet (nicht nur bei Station vier) und diese Bewegung in all ihre verschiedenen Bestandteile zu zerlegen, sie zu analysieren und wieder zusammensetzen auf der Basis eines Rationalitätsmusters, das nichts mehr zu tun hatte mit dem veralteten und nicht mehr einträglichen Muster vor Barcelona 1992. Das Ziel war sehr hoch angesetzt: Den Grundstein legen um es wirklich möglich zu machen, alle Wettkampfscheiben zu treffen.

Offensichtlich musste man bei der Annäherung an dieses Ziel sehr methodisch und wissenschaftlich vorgehen, woraus sich folgende logische Schritte ergeben haben:

- a. Erkennen und Beschreiben des Problems
- b. Erkennen der möglichen Alternativen zur Problemlösung
- c. Prüfen der Anwendbarkeit der unterschiedlichen Lösungsalternativen
- d. Prüfen der erreichten Resultate
- e. Auswahl der besten Problemlösungsalternative

Mit einer breiten Zustimmung und der besonderen Motivation und dem Interesse einiger der großen italienischen Schützen, die die internationale Bühne zwischen 1994 und 1997 beherrscht haben und auch einige wichtigen Finale in den Jahren 1998 und 1999 gewannen, haben wir das gesamte Skeet-Schießen noch einmal durchlaufen, indem wir die logischen Schritte wie oben beschrieben filtriert haben und uns als Hauptziel gesetzt haben, die Kontrollfähigkeit des Schützens möglichst schnell, rational und einfach bei allen Scheiben auszubauen, eingeschlossen der „neugeborenen“ Dublette bei Station vier.

Die von uns verfolgte ideale und praktische Vorgehensweise ist für alle gleich, die sich einmal entschieden haben, „die Tasse zu leeren“ und uns auf der Reise begleiten wollen. Wir spornen die Schützen an, Methoden auszuprobieren und Empfindungen zu erleben, um unsere intuitiven Fähigkeiten des Verstehens und bewussteren Wahrnehmens fortzuentwickeln und hinter die Andeutung zu blicken, wenn möglich, die wir aufzeigen werden.

Eine Kontrollbewegung ausführen

Wir hatten festgestellt, dass das Hauptproblem bei Station vier in der Unmöglichkeit bestand, auch nur eine minimale Kontrollbewegung bei der zweiten Scheibe auszuführen wegen des zu großen und zu späten Vorhaltens bei der ersten Scheibe. Deshalb waren die ersten zu analysierenden und zu vergegenwärtigenden Themen folgende – mit dem Ziel, die Ausführungszeit zu verkürzen und die Kontrollzeit zu verbessern:

- a. **DIE SCHUSSBEWEGUNG.** Wir gehen davon aus, dass, je einfacher und rationaler die athletische Gestik eines Wettkampfsportlers ist, das Ergebnis um so besser ausfällt. Wie kann man also die Schussbewegung essentieller machen, d. h. wie maximal vereinfachen und von jeder unnötigen Komponente befreien zur Erreichung des Hauptziels, nämlich die Scheibe abzuschließen! Anzumerken ist hierbei, dass beim Skeet jede unnötige Komponente bei einem Schuss sich automatisch schlecht auf das Endergebnis auswirkt, ganz im Gegensatz zu anderen Sportarten, bei denen eventuelle technische Überflüssigkeiten sich manchmal nur auf den Stil auswirken, aber auch nicht mehr.
- b. **VORHALTEN.** Genaue Klärung und Visualisierung dieses Begriffs bei den jeweiligen Stationen und den einzelnen Scheiben sowohl nach theoretischen (die Klärung des Begriffs aus wissenschaftlicher Sicht) als auch nach praktischen Gesichtspunkten (aus der Sicht der Schützen). Die Aktiven müssen im Kopf ihren eigenen Begriff vom Vorhalten haben, d. h. denjenigen, den jeder Schütze persönlich wahrnimmt und wie er ihn wahrnimmt.
- c. **AUTOMATISMEN.** Zerlegen der Schießbewegung in solche Aktionen, die sich wiederholen mit dem Ziel, diese zu trainieren bis sie in den Bereich des extrapyramidalen Nervensystems eindringen. Dieses Vorgehen ist vergleichbar damit, was jeder von uns beim Erlernen des Autofahrens oder beim Einüben eines Musikinstruments erfahren kann.

ANALYSE DER SCHIESSBEWEGUNG

Eine normale Schießbewegung besteht aus folgenden logischen Phasen:

1. Wahrnehmen des Ziels
2. Anschlag
3. Erlangen des richtigen Vorhaltens

4. Kontrollieren des Vorhaltens
5. Kommando an den Abzug der Waffe (Schussabgabe)
6. Nachschwingen nach dem Schuss

Grafisch kann dies wie folgt dargestellt werden:

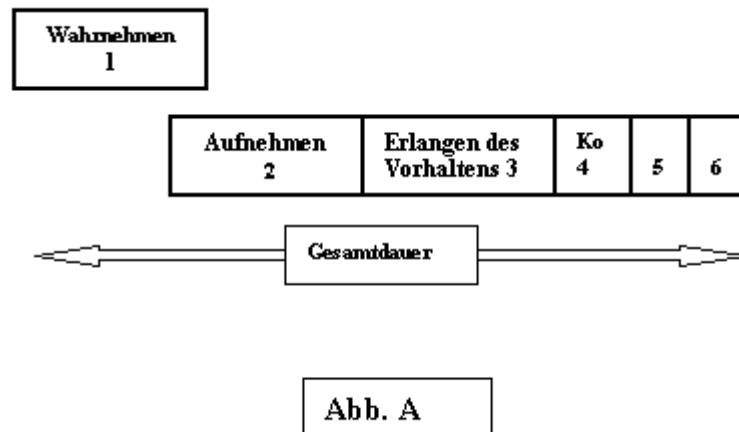


Abb. A

Nach diesem Schema jedoch stellt sich die Ausführungszeit für den Schuss auf die ausgehende Scheibe als zu lange dar, was sich schlecht vereinen lässt mit einer notwendigen Kontrolle über die zweite Scheibe einer Dublette, insbesondere bei Station vier. Dieses Schema macht jedoch zugleich auf ein besorgniserregendes Defizit beim Anwender aufmerksam. Eine Schussbewegung auszuführen „in Sequenzen“ unter dem Einsatz einer der größten Fähigkeit des menschlichen Gehirns – falls diese optimal ausgebaut ist –, nämlich der Fähigkeit, mehrere Aktivitäten zeitgleich auszuführen.

Aber wie kann man das Gehirn organisieren? Und um was zu erreichen?

Um auf diese Frage einzugehen und um besser verstehen zu können, wie und bis zu welchem Punkt wir gehen können, bis wir eine Lösung gefunden haben, durch die wir wertvolle Zeit sparen können mit dem Ziel, eine bessere und koordiniertere Kontrolle über die Scheiben zu haben, ist es wichtig die Logik der Multiprogrammierungstechnik von Computern mit hoher Leistungsfähigkeit zu verstehen. Diese Technik ist dann dem Funktionieren des menschlichen Gehirns gegenüberzustellen, wenn es gefordert ist, eine komplexe Tätigkeit auszuführen.

Bei der Entdeckung der Silizium-Halbleiter wurden die Türen geöffnet zur Konstruktion von Computern mit beinahe unbegrenzter Speicherkapazität und einer verblüffenden Rechnerleistung. Das gestellte Problem war nun, den Computer dergestalt zu organisieren, damit diese enorme Eigenschaft optimal ausgeschöpft werden konnte. Es entstand der Beruf des Softwarespezialisten und die sogenannten „multi-task“-Computer, die mehrere Programme gleichzeitig ablaufen lassen und die Ergebnisse auf mehrere Terminals gleichzeitig übertragen konnten. Zur Realisierung wurde es nötig, im Computer einen „Kontroller“ zu installieren mit der Funktion einer ‚overal control‘, d.h. eines logischen Teils, welches die korrekte Ausführung aller Programme überwachte.

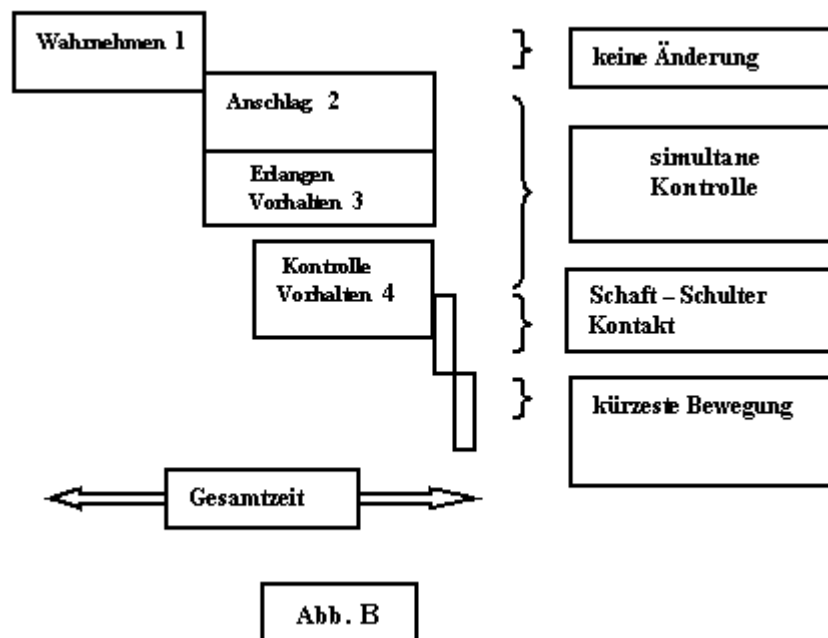
Das menschliche Gehirn stellt den bei weitem komplexesten Computer dar. Seine Komplexität und Potenz ist immer noch nicht vollständig durchdrungen worden. Die Computerhersteller geben zu, vom menschlichen Gehirn inspiriert worden zu sein und haben seine logischen Funktionen übernommen, wenn auch nur auf eine sehr straffe und begrenzte Weise. Was man jedoch heute mit Gewissheit weiß: Der Mensch nutzt nur einen sehr geringen Teil seines Gehirnpotentials aus.

Jongleure und Musiker

Denken Sie an die Fähigkeit von Jongleuren oder Musikern, die nur ein wenig mehr und auf andere Weise als andere Menschen ihr Gehirnpotential nutzen, um so die totale und zeitgleiche Kontrolle über ihren Körper, ihre Hände, ihre Finger zu haben. Aber was machen diese Leute denn anders als eine Vielfachprogrammierung ihres Gehirns zur Kontrolle über ihre Arme, Hände, Finger, Wörter, Gesang, und das alles einzeln kontrolliert, während ihr „overall“, sprich der logische Teil ihres Gehirns, scherzen, sich unterhalten, reagieren kann, aber zur gleichen Zeit die Kontrolle über die gerade ausgeübte Tätigkeit behält.

Wir wollen uns nun ansehen, ob diese Fähigkeit der Kontrolle über mehrere gleichlaufende Aktivitäten auch für einen Schützen von Vorteil ist. Dies kann die Schießbewegung sein in Verbindung mit einer mentalen Organisation und der zeitgleichen und synchronen Kontrolle über die einzelnen Körperpartien in Verbindung mit dem die Automatismen betreffenden extrapyramidalen Nervensystem.

Die Abbildung A würde wie folgt aussehen:



Aber wie kann man eine Schießbewegung des Typs A in eine des Typs B bringen?