

# BSSJ-Intern

Zeitschrift der Bayerischen Schützenjugend

**Rückblick:**  
Nachwuchsgewinnungspreis - Fortsetzung

**Aktuelles:**  
Wie funktioniert eine Impfung?

**Zum Herausnehmen:**  
BSSJ Jahreskalender 2021

**Rückblick:**  
Jugendleiterlizenz-Ausbildung 2020



# Inhaltsverzeichnis

## Vorwort

Vorwort der 1. Landesjugendleiterin . . . . . 3

## Aktuelles

Termine im Überblick 2021 . . . . . 4  
Freizeit-Tipp . . . . . 5  
Essen, Trinken und Genuss. . . . . 5  
Danke sagen - das ist leicht oder? . . . . . 6  
Landesjugendausschuss im November. . . . . 7  
Wie funktioniert Impfung? . . . . . 8

## Rückblick 2020

Nachwuchsgewinnungspreis. . . . . 10  
Jugendleiterlizenz-Ausbildung. . . . . 14

## Zum Herausnehmen

BSSJ-Jahreskalender 2021. . . . . 18

## Von Jugendsprechern für Jugendsprecher

Aktion der BSSJ. . . . . 20

## Schießspiel

Bingo universal. . . . . 22

## Rätselcke

Dudeney-Dreieck . . . . . 24  
Buchstabensalat . . . . . 25

## Förderungen

Das „Grüne Band“, H&N-Förderpreis und  
Nachwuchsgewinnungspreis. . . . . 26

## Aus- und Weiterbildung 2021

Ausbildung. . . . . 27  
Weiterbildung . . . . . 28

## BSSJ-Information

Jahrgangstabelle 2021 . . . . . 34  
Lichtgewehrverleih . . . . . 35



## Impressum

Herausgeber: Bayerischer Sportschützenbund e. V. – Bayerische Schützenjugend  
1. Landesjugendleiterin Elisabeth Stainer  
Olympia-Schießanlage Hochbrück  
Ingolstädter Landstraße 110  
85748 Garching-Hochbrück  
E-Mail: elisabeth.stainer@bssb.de

Gestaltung & Zusammenstellung: Landesjugendleitung  
Telefon: 089-316949-14  
Fax: 089-316949-50  
E-Mail: jugend@bssb.de

Erscheinungsweise: Vierteljährlich (zum Quartalsende)  
Jahresabonnement: 6,- € (4 Ausgaben)



## Vorwort

# Vorwort

Liebe Jugend,  
liebe Leserinnen und Leser der BSSJ-Intern,

mit der letzten Ausgabe im Jahr 2020 darf ich mich bei allen Vereinsvertretern und Jugendbetreuern bedanken, die mit Achtsamkeit und Ruhe Führungsqualität bewiesen haben und mit ihrem vorbildlichen Verhalten dazu beigetragen haben, dass meines Wissens bisher dem Virus Covid-19 der Einzug ins Schützenhaus verwehrt geblieben ist.



Bei unseren Jugendmaßnahmen in den letzten Monaten stellten wir uns die Frage, ob und wie ein Jugendtraining im Verein durchzuführen ist. Die Vereine konnten nach dem gültigen Schutz- und Hygienekonzept das Training zwar ab Mitte Juni starten, mussten dafür aber einen enormen Aufwand betreiben. Neben der Handdesinfektion, Mund-Nasenschutz, Lüften des Schießstandes und der Einwegregelung musste darauf geachtet werden, dass Gruppenbildung vermieden und die üblichen Spiel- und Sportgeräte erst nach gründlicher Reinigung weitergeben werden durften.

Sicher hat unter diesen Voraussetzungen neben dem allgemeinen Schießbetrieb der Inklusionsport und das gesellschaftliche Beisammensein gelitten, da mit diesen Einschränkungen die meisten Schützenhäuser keinen Regelbetrieb anbieten konnten. Von Seiten der Mitglieder hoffen wir auf **Verbundenheit, Solidarität, Toleranz** und **Zusammenhalt**, um in diesen schwierigen Zeiten gemeinsam denen beistehen zu können die Hilfe brauchen. Gleichzeitig wollen wir Mut machen, dass die Vereinsheime bald wieder geöffnet werden können und wir mit Spannung und Vorfreude uns auf das „**Wir, hier und jetzt geht's los**“ freuen dürfen.

Beim Weiterlesen in dieser Jugendzeitschrift werden Sie merken, dass sich inhaltliche Neuerungen eingefügt haben. Ich bedanke mich bei meinem ehrenamtlichen BSSJ-Team recht herzlich für die Unterstützung. Bei der Umsetzung neuer Ideen hat das Team einen großen

Beitrag geleistet. Dazu gehören auch die Referenten der Aus- und Weiterbildung sowie Angestellte der Geschäftsstelle.

Um über Maßnahmen und Neuerungen am Laufen zu bleiben lohnt der Blick auf unsere Homepage [www.bssj.de](http://www.bssj.de). Die Verbandszeitung (BSZ) veröffentlicht auf den Jugendseiten monatlich Beiträge von Vereins- und überregionalen Maßnahmen. Diese Seiten werden von „est“ redaktionell bearbeitet. Ich möchte nicht versäumen hier einen Dank an die treue ehemalige Leiterin des Jugendbüros Frau Elfe Stauch zu schicken. Auch wenn ihre Wahlheimat nun der hohe Norden ist, so ist Sie im Wirken und Gedanken der bayerischen Schützenjugend immer noch sehr nahe.



Erste Vorzeichen des kommenden Jahres findet Ihr bereits heute auf den Ausschreibungsseiten. Mit Blick auf die voraussichtlich nur eingeschränkt durchführbaren Maßnahmen sollten von den Vereinen besonders die Fernwettkämpfe genutzt werden. Ob und wie alles Weitere durchgeführt werden kann, steht zwar nicht in den Sternen, wird aber von den Vorgaben der Staatsregierung abhängen.

In 2021 findet der 44. Ordentliche Landesjugendtag mit Neuwahlen im Schützenbezirk Unterfranken statt. Heute möchte ich Euch bereits mitteilen, dass ich mich nach nun 11 Jahren aus dem BSSJ-Team verabschiede und mich nicht mehr zur Wahl als 1. Landesjugendleiterin zur Verfügung stellen werde. Dem Schießsport bleibe ich nach wie vor treu und freue mich bereits heute schon auf das zukünftige Angebot der BSSJ, an dem ich mich mit meiner Schützengesellschaft rege beteiligen werde.

Zum Schluss erinnere ich an die tollen Ausarbeitungen der Jugendsprecher und hoffe, dass so manche Solidaritätskette im Jahr 2021 gebildet wird. Gebt aufeinander Acht und bleibt vor allem gesund. Das wünsche ich Euch von Herzen.

Es grüßt

Elisabeth Stainer

1. Landesjugendleiterin des Bayerischen Sportschützenbundes e.V.

**Anmeldung für Jugendseminare im Onlinemelder ab sofort möglich!**

## Termine im Überblick – 2021

Voraussichtliche Terminplanung - Änderungen vorbehalten

### Weiterbildungsmaßnahmen Jugend

Sa	06.02.2021	Juleica-Aufbauschulung	Hochbrück
So	07.02.2021	Bewegung & Stressabbau	Hochbrück
Sa	10.04.2021	Innere Präsenz - Achtsamkeit - Bewusstheit	Leinach
Sa	24.04.2021	Mentaltraining	Hochbrück
So	25.04.2021	Juleica-Aufbauschulung	Weiden
Sa	10.07.2021	Innere Präsenz - Achtsamkeit - Bewusstheit	Winzer
So	18.07.2021	„Du bist was du isst“ - Alles rund um eine gesunde Ernährung	Hochbrück
Sa	24.07.2021	Mentaltraining	Allersberg
So	25.09.2021	Bogensport im Aufwind	Hochbrück
So	17.10.2021	Kurze Spiele und Aktionen aus dem Abenteuer und Erlebnissport	Leinach
Sa	06.11.2021	Mentaltraining	Hochbrück
So	07.11.2021	Jugendleiter, was nun?	Hochbrück
Sa	27.11.2021	Prävention von sexuellen Übergriffen und sexueller Gewalt	Hochbrück
So	05.12.2021	Krisenintervention	Hochbrück
Sa	11.12.2021	Sommerbiathlon Grundlagenlehrgang	Hochbrück
So	12.12.2021	Sommerbiathlon Aufbaulehrgang	Hochbrück
Sa	18.12.2021	Bewegung & Stressabbau	Hochbrück

### Ausbildung

Fr. - Sa.	08.-16.10.21	Jugendleiterlizenz-Ausbildung (Grund- und Aufbaulehrgang)	Hochbrück
Do. - So.	18.-21.11.21	Jugendleiterlizenz-Ausbildung (Abschlusslehrgang)	Hochbrück

### Sport

Fr. - Sa.	07.-09.05.21	RWS VR Vorkampf	Südbaden
Fr. - Sa.	04.-06.06.21	RWS VR Rückkampf	Hochbrück
Fr. - Sa.	04.-06.06.21	Masters-/Team-Cups	Hannover
Sa	19.06.21	Bayernpokal der Jugend	Hochbrück
Sa	24.07.21	Guschu Open, Guschu Open Light, Guschu Open Bogen	Hochbrück
So	25.07.21	Multi-Youngsters-Cup	Hochbrück
Fr. - Sa.	30.07.-01.08.21	RWS VR Endkampf	Suhl
Do	02.09.21	RWS Shooty Cup Bundesentscheid	Hochbrück

### Sonstiges

Sa.-So.	20.-21.03.21	157. Vollversammlung des Bayerischen Jugendrings	Online
Fr. - Sa.	28.-30.05.21	44. Landesjugendtag	Obernburg a. M.
Fr. - Sa.	18.-20.06.2021	158. Vollversammlung des Bayerischen Jugendrings	Neumarkt i. d. Opf.
Fr. - Sa.	17.-19.09.21	Bundesjugendtag	Steinbach (SB)
Sa.-So.	18.09.-03.10.21	Oktoberfest-Landesschießen	München

Ausschreibungen unter [www.bssb.de](http://www.bssb.de) / [www.bssj.de](http://www.bssj.de). Weitere Termine sind in Planung.

## Freizeit-Tipp



### „Fit mit Felix“ - beweg Dich schlau!“

**Sport und Fitness für Kinder in den zwei Webserien „Olympia im Kinderzimmer“ und „Beweg dich schlau“ der BR-Sportredaktion mit Skistar Felix Neureuther.**

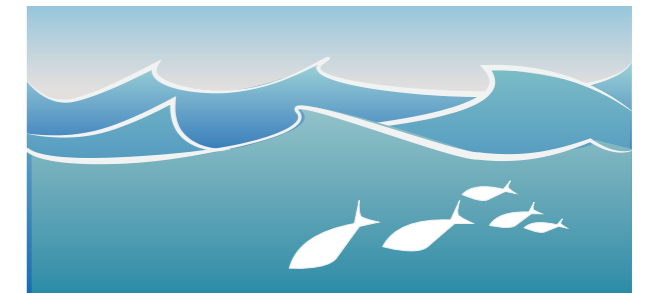
Besonders in Zeiten von Corona sind Kreativität und Bewegung besonders wichtig für Kinder. Da in den Wintermonaten das Wetter nicht immer nach draußen einlädt, gibt Felix Neureuther ein paar Fitness-Tipps, wie man drinnen mit Kindern Spaß, Spiel und Bewegung in den Alltag bringt.

„Mir ist wichtig, dass die Übungen Kids Spaß am Sport vermitteln. Und wer weiß: Vielleicht erreichen wir damit ja sogar einen Olympiasieger von morgen“, sagt Felix Neureuther über die neue 20-teilige Schulsport-Olympiaserie.

<https://www.br.de/mediathek/sendung/fit-mit-felix-beweg-dich-schlau-av:5e286ab2f995ef001abed11d>

Quelle: [www.br.de](http://www.br.de)

## Essen, Trinken und Genuss – hättest Du's gewusst?



### Wie muss Fisch gekennzeichnet sein?

Festtagsmenüs mit Fisch sind sehr beliebt. Wer Lachs, Forelle und Co. bewusst einkauft, kann einen nachhaltigen Fischfang unterstützen. „Bei der Kennzeichnung von Fisch im Handel sind bestimmte Informationen vorgeschrieben. Das gilt für tiefgekühlte Ware ebenso wie für Fisch, der frisch an der Bedientheke verkauft wird“, erklärt Sabine Hülsmann, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Bayern. Tiefkühlfisch, der vor dem Verkauf aufgetaut und dann wie ein frisches Produkt angeboten wird, muss mit dem Hinweis „aufgetaut“ versehen sein.

Zu einer korrekten Kennzeichnung gehört die Handelsbezeichnung, wie beispielsweise Forelle, sowie der wissenschaftliche Name. Auch die Produktionsmethode wie Meeres-, Binnenfischerei oder Aquakultur ist anzugeben. Ebenso zu nennen ist die Fanggerätekategorie, etwa Schleppnetze, Haken oder Langleinen. Bei Seefisch muss das Fanggebiet erkennbar sein und bei Erzeugnissen aus Aquakultur das Land, in dem das Tier die letzte Entwicklungsphase durchlaufen hat. Einkaufsratgeber für nachhaltigen Fischkauf, zum Beispiel von Greenpeace oder dem WWF, informieren darüber, welche Fischarten bedroht und welche Fanggebiete leergefischt sind.

Quelle: Ernährungsexpertin Sabine Hülsmann, [www.verbraucherzentrale-bayern.de](http://www.verbraucherzentrale-bayern.de)

## Danke sagen – das ist leicht oder?

**Danke ist ein aus fünf Buchstaben bestehendes Wort, das schnell gesagt ist. War das ein mit strahlenden Augen ausgedrücktes Danke, das dem Gegenüber ein gutes Gefühl gibt? Oder war es ein Dankeschön einfach aus Gewohnheit, schnell dahingesagt so im Vorbeigehen? Probiere das Danke sagen vor einem Spiegel aus: grinsend, lächelnd mit offenen Lippen (Mit Maske sieht man das Lächeln im Moment nicht, zu Hause geht's ohne), mit strahlenden Augen, sag's leise oder laut. Mache es so, wie du denkst. Welcher Gesichtsausdruck und welche Tonart würde bei dir ein gesagtes Danke ein sehr gutes Gefühl auslösen?**

Du wirst merken, so leicht das Danke sagen ist, so unterschiedlich kann es auf den Anderen wirken. Und so ist es mit allem, sei es mit einem Hallo, einem Lob (ist für viele Menschen schwer), einer Bitte usw. Bedeutend ist, man sollte dem anderen dabei immer zugewandt sein und in die Augen sehen.

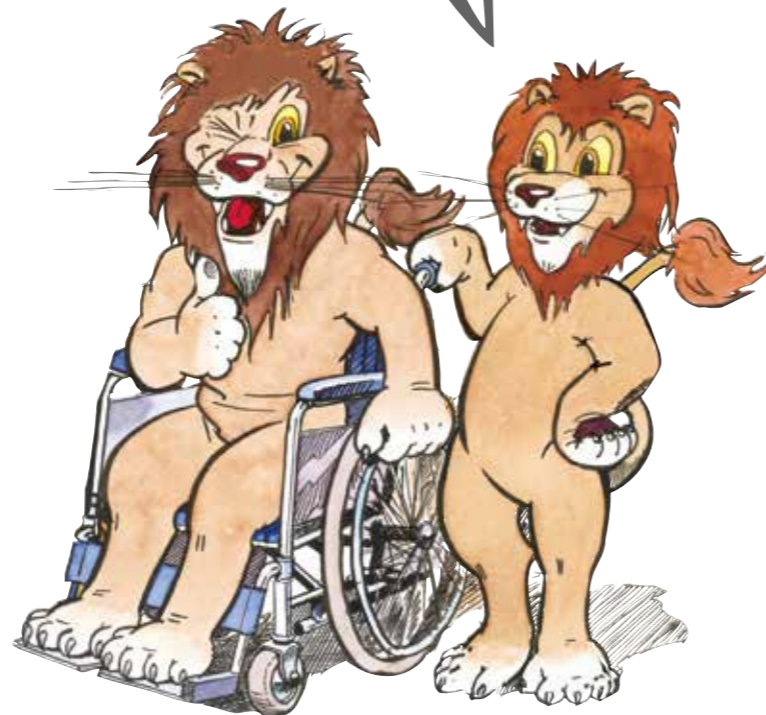
Dahingesagte Worte, egal um welche, bedeuten nichts im Miteinander. Zurückblickend auf das Früher und das Jetzt, genießen wir eine Freiheit in unserem Land, die sehr angenehm ist. Das sollte uns allen bewusst sein. Es gibt viele Menschen auf dieser Erde, die diese Freiheit nicht leben dürfen. Sie müssen sich nicht nur strikt an die Gesetze, sondern auch an Regeln halten, da ihnen sonst nichts Gutes widerfährt und bestimmt bleibt es dann nicht nur bei einem Bußgeld, wie es bei uns derzeit beim Nichteinhalten der Covid-19 Regeln gilt.

Feste Regeln muss es auch im Miteinander zuhause geben. Sie geben allen Familienmitgliedern einen Platz innerhalb der Familie. Regeln sollten von allen gleichermaßen eingehalten werden. Sie sind gemeinsam zu erarbeiten und schriftlich zu verfassen.

Bei den Covid-19 Regeln ist schnelles Handeln angesagt, denn mit jedem Tag Verzögerung zieht das Virus seine Kreise. Auch, wenn es so aussieht, dass Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene weniger oder kaum davon betroffen sind, so ist noch vieles nicht erforscht und ungewiss.

Ein Danke ist leicht zu sagen, doch kann es auch eine Herausforderung darstellen. Mit Einhaltung der Covid-19 Regeln drücken wir auch ein großes Dankeschön all den Menschen gegenüber aus, die in Laboren, Gesundheitsämtern und Krankenhäusern (Ärzte, Hygiene- und Pflegepersonal) beschäftigt sind, weil es weniger Infizierte in kurzen Zeitabständen geben wird. Die-

Haltet Euch bitte alle an die AHA-Regeln.  
Ihr tut es auch für Guschopa.  
Großes Dankeschön!



se Menschen sollen zwischendurch mal mehr als nur kurz durchatmen können. Wir können dazu beitragen, dass sie weniger belastet werden. Bedenkt: Auch sie haben Familien!

**„Also ran an die Masken und haltet Abstand! Lüftet in geschlossenen Räumen und beschränkt eure persönlichen Kontakte.“**

Immer dieses „Ding“ mithaben und vor den Mund und Nase tragen, ist nervig! Das ist unbestritten und bei uns auch völlig ungewohnt. Und packt dich mal die Wut, dann zieh Grimassen vor dem Spiegel oder stampf mit den Füßen auf den Boden oder viel besser, geh raus in die Natur, jogge eine Strecke, zwischendurch legst du eine Pause ein, atmest tief ein und aus und machst weiter. Damit tust du Besseres, etwas für deine Gesundheit.

Die Zukunft wird zeigen, welches Handeln richtig war, wissen tun wir das heute nicht! Viele Menschen auf der Welt suchen das Richtige und sie werden es finden! Solange sollten wir uns gedulden, auch wenn es schwer fällt.

**„Denke nicht so oft an das, was dir fehlt, sondern an das, was du hast.“  
Zitat von Marc Aurel  
(121-180, römischer Kaiser)**

Für solche unumgänglichen Regeln sollten Jugendleiter/-innen ihre Kinder und Jugendliche sensibilisieren.

Verfasserin: Elfe Stauch

## Landesjugendausschuss im November

Mitte November tagte der Landesjugendausschuss, diesmal digital und per Videokonferenz. Es wurden viele Themen besprochen, unter anderem, wie man im kommenden Jahr Veranstaltungen unter Schutzmaßnahmen durchführen könnte.

**Mit den besten Grüßen und Wünschen vom Landesjugendausschuss, bleibt weiterhin gesund!**



## Wie funktioniert eine Impfung?

**Aktuell wird – auch im Zusammenhang mit Corona – viel über Impfungen gesprochen. Wie funktioniert so eine Impfung eigentlich?**

Unser Immunsystem ist Tag für Tag im Einsatz, um uns vor Krankheitserregern wie Viren, Pilzen und Bakterien zu schützen. Für die Abwehr sind die weißen Blutkörperchen zuständig, die schädliche Eindringlinge abblocken und mit Antikörpern bekämpfen.

### Unser Immungedächtnis

Wenn du eine Krankheit durchgemacht hast, erinnert sich das sogenannte Immungedächtnis in deinem Körper an den Erreger, sobald dieser dich erneut angreifen will. Nun kann er sofort die Fresszellen losschicken, die den Feind vernichten.

### Impfungen nutzen unser natürliches Abwehrverhalten

Diese Abwehrverhalten in deinem Körper nutzen Impfungen aus. Beim Arzt bekommst du einen Impfstoff, in dem eine winzige Menge meist toter Erreger enthalten ist. Dein Immunsystem produziert dann Antikörper gegen die Krankheitserreger.

Solltest du irgendwann mit den echten, gefährlichen Krankheitserregern in Kontakt kommen, erkennt dein Körper diese sofort. Er glaubt, dass er die Krankheit schon einmal durchgemacht hat. Dein Körper erinnert sich an die Übeltäter, schickt die richtigen Antikörper los und die Angreifer werden entweder blockiert oder kurzerhand aufgefressen.

### Schutzimpfung rotet Pocken aus

Früher sind viele Kinder an Krankheiten wie Masern, Kinderlähmung oder Diphtherie gestorben. Manche überlebten die Krankheit und hatten schlimme Folgeschäden. Dem englischen Arzt Dr. Edward Jenner gelang es vor über 200 Jah-

ren erstmals Menschen mit abgeschwächten Viren zu gegen die Pocken zu impfen.

Anfangs waren die Menschen sehr abweisend und misstrauisch gegenüber der neuen Methode. Die flächendeckende Pockenschutzimpfung im 20. Jahrhundert war aber so erfolgreich, dass die Pocken 1979 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für ausgerottet erklärt wurden.

### Masern-Impfpflicht seit 2020

Impfen ist in Deutschland grundsätzlich freiwillig. Nicht jeder möchte sich - aus Angst vor möglichen Risiken für die eigene Gesundheit - impfen lassen. Seit dem 20. März 2020 ist jedoch eine Masern-Impfpflicht gesetzlich vorgeschrieben an Schulen, Kindergärten, Kitas und bei Tagesmüttern sowie in Gemeinschaftseinrichtungen wie Flüchtlingsunterkünften, in Arztpraxen und Kliniken. Wer diese Einrichtungen besucht oder dort arbeitet, kommt um eine Impfung nicht mehr herum. Das liegt daran, dass es in den letzten Jahren wieder gehäuft Masernfälle gegeben hat. Diese Zahl soll durch die Impfpflicht wieder gesenkt werden.

Quelle: WAS IST WAS Der menschliche Körper/wasistwas.de, Nicola Frommhold



Kleiner Pils - große Wirkung: Bei einer Impfung werden dem Patienten winzige Mengen meist abgetöteter Erreger gespritzt, die dann die Produktion von Antikörpern ankurbeln.



## Nachwuchsgewinnungspreis – Die Gewinner

### Fortsetzung aus der BSSJ-Intern 03/20

Wie ihr bereits mitbekommen habt, wurde in diesem Jahr der Nachwuchsgewinnungspreis ausgelobt. In der letzten Ausgabe der BSSJ-Intern haben wir euch sowohl einen Überblick über diesen Preis gegeben als auch die Gewinner des 3. und 4. Platzes kurz vorgestellt.

Hier nochmal zur Erinnerung die stolzen Gewinner:

1. **SV Hubertus Gaimersheim** (gesponsertes Luftgewehr TESRO RS100 Basic in lila)
2. **Kgl. priv. FSG Kösching** (500,- €)
3. **Edelweiß Stettenhofen** (300,- €)
4. **SV Eichenlaub Oberhinkofen** (200,- €)
5. **HSG Windsbach** (100,- €)

In dieser Ausgabe möchten wir euch nun die Gewinner des 1., 2. und 3. Platzes vorstellen: **SV Hubertus Gaimersheim, Kgl. priv. FSG Kösching und Edelweiß Stettenhofen.**



## SV Hubertus Gaimersheim – 1. Platz

Gaimersheim (mhc) – Eine feierliche Preisverleihung trotz coronabedingter Einschränkungen durfte Hubertus Gaimersheim am Wochenende für sich selbst ausrichten: Der Schützenverein hat den Nachwuchsgewinnungspreis des Bayerischen Sportschützenbundes (BSSB) gewonnen und sich damit gegen 36 bayerische Mitbewerber durchgesetzt.

Die Delegationen des BSSB und der Bayerischen Sportschützenjugend (BSSJ) rund um den 1. Landesschützenmeister Christian Kühn und die 1. Landesjugendleiterin Elisabeth Stainer, der 2. Gauschützenmeister Karl-Heinz Kraft und der

2. Bürgermeister der Marktgemeinde, Christoph Würflein, sowie die anderen Gäste wurden mit Blasmusik und einem lauten Salut der Hubertus-Böllerschützen in Empfang genommen.

Stainer lobte in ihrer Laudatio die enge Zusammenarbeit zwischen Vorstandschaft, Jugendleitung und den Jugendlichen selbst, die sich mit ihren Ideen einbringen dürften. Die ständige Weiterbildung und der überfachliche Austausch der Jugendtrainer seien vorbildlich. Vor allem werde der Teamgeist der Kinder und Jugendlichen stark gefördert durch zahlreiche gemeinsa-



Daniel Römer von TESRO



Landesjugendsprecherin Eva Stainer

me Unternehmungen und Aktionen auch über Social Media, die gerade in Zeiten von Corona das Gemeinschaftsgefühl stärkten.

Kühn sagte, Hubertus Gaimersheim sei „gerade jetzt, wo es für alle Vereine in Bayern schwierig ist, Nachwuchs zu gewinnen, ein echter Leuchtturm“ und zeigte sich bei der Führung durch das Schützenheim begeistert von den modernen Schießanlagen und der hochwertigen Trainingsausstattung, gerade im Jugendbereich.

Der Preis – ein neues lilafarbenes Luftgewehr im Wert von 2.000 Euro – wurde durch Daniel Römer von der Herstellerfirma TESRO an die 1. Jugendleiterin Andrea Wittmann übergeben, indem der Gewehrkoffer auf einem Tisch platziert wurde. Für Wittmann ist die Auszeichnung ein „Zeichen der Wertschätzung für die jahrelange Arbeit“.

Trotz Corona sieht die Jugendleitung der Zukunft positiv entgegen. Durch eine moderne Organisationsstruktur inklusive vorheriger Online-Anmeldung klappt die Einteilung fester Trainingsgrup-

pen zu bestimmten Zeiten reibungslos. Von den zwanzig Schießständen wird nur jeder zweite belegt, sodass die intensive Betreuung der Jugendlichen gewährleistet werden kann.

Verfasser: Johann Münch, Pressereferent des SV Hubertus Gaimersheim



Elisabeth Stainer (rechts unten), 1. Landesjugendleiterin der BSSJ, und ihr Team der Bayerischen Schützenjugend



Die Jugendgruppe des SV Hubertus Gaimersheim

## Kgl. priv. FSG Kösching – 2. Platz

Zur Übergabe des 2. Preises des Nachwuchsgewinnungspreises ist die 1. Landesjugendleiterin Elisabeth Stainer mit der 1. Landesjugendsprecherin Eva Stainer und Sabine Freitag, die in Abwesenheit von Veronika Hartl derzeit das Jugendbüro betreut, nach Kösching gereist.

Eva Stainer übernahm die Laudatio, aus der hervorging, dass die Kgl. priv. FSG Kösching den Jugendanteil der unter 18-Jährigen in den letzten drei Jahren verdoppeln konnte. Die Anschaffung von acht RedDot-Lichtgewehren und weiteren Ausrüstungsgegenständen förderte diese positive Entwicklung, so dass der Jugendanteil insgesamt 35 Prozent beträgt. Das regelmäßige Training leiten ausgebildete Vereinsübungsleiter und Trainer, die sowohl mit Pünktlichkeit als auch Disziplin auf Sicherheit achten und dabei gleichzeitig den respektvollen Umgang miteinander schulen.

Die Köschinger Jugend beteiligte sich an der Aktion „Kinder stark machen“ und wird darüber hinaus die Aktion der Deutschen Schützenjugend „Alkoholfrei Sport genießen“ demnächst umsetzen. Der hauseigene Jugendraum – ausgestattet mit Kicker, Billard, Darts und einer Spielekonsole –



sorgt für die nötige Abwechslung und ein Miteinander nach dem Training. Jährlich organisiert die Jugendleitung einen Jugendausflug und beteiligt sich an den Angeboten der Gauschützenjugend und der BSSJ. Um neue Mitglieder zu bekommen, gestaltet die Jugend Faltblätter, die einen Einblick geben, wie Tradition auf „Hightech“-Sport trifft. Die gelebte Vielseitigkeit des Sportschießens wird von jedem Mitglied gefordert, wie das Einsteigerpaket, das jedes Neumitglied bekommt, zu erkennen gibt. Das Vereinsmaskottchen „Schützi“ kann sich in diesem Verein wohlfühlen. Zudem kann die Kgl. priv. FSG Kösching auf herausragende sportliche Erfolge blicken und hat es geschafft, die Jugend voll zu integrieren.

Die Landesjugendsprecherin Eva Stainer schloss die Laudatio und gratulierte dem 1. Schützenmeister Wilhelm Rothbauer zu seiner Schützenjugend und dem Jugendleiter Stefan Kasper mit seinem Team zu seiner tollen Jugendarbeit und wünschte allen weiterhin viel Erfolg. Die Jugendgruppe erhielt für den 2. Preis das Buch „Nachwuchsarbeit im Schießsport“ mit 500 Euro Inhalt und für die jungen Schützen gab's Lebkuchenherzen.

*Verfasserin: Elfe Stauch, ehem. Landesjugendsekretärin*



## Edelweiß Stettenhofen – 3. Platz

Mit 36 Prozent der unter 27-jährigen Mitglieder verzeichnet der SV Edelweiß Stettenhofen in den letzten Jahren einen kontinuierlichen Zuwachs. Sportleiterin Kathrin Seemüller setzte sich mit den Jugendleitern Susanne Seemüller und Michelle Weißenböck sowie dem Vorstand zusammen. Gemeinsam erstellten sie die Bewerbungsunterlagen.

Mit „Ein Verein – Ein Wir“ und zahlreichen Unterlagen sandten sie ihre Bewerbung ab, und jetzt freuen sich alle sehr, dass die Jury sie für den dritten Preis auserwählt hat. 1. Vereinsvorsitzende Andreas Kieke hieß die 1. Landesjugendleiterin Elisabeth Stainer mit den Landesjugendsprechern Eva Stainer und Stephan Hegemann zur Preisübergabe herzlich willkommen. Angereist war auch Schwabens 1. Bezirksjugendleiter Gunther Langer.

Elisabeth Stainer ging in ihrem Grußwort u. a. auf die öffentliche Anerkennung als Träger der freien Jugendhilfe ein und bat danach die Landesjugendsprecherin Eva Stainer, die Laudatio vorzutragen. Dabei ging es um die jährlichen Aktivitäten der Landesjugendsprecher, die mit den Bezirksjugendsprechern am Infostand bei den



Bayerischen Meisterschaften vorgestellt werden, um die Aus- und Weiterbildungsangebote und letztlich darum, wie es zur Ausschreibung des Nachwuchspreises gekommen ist. Unter 37 Vereinen sei der SV Stettenhofen aufgrund seiner herausragenden Jugendarbeit als dritter Preisträger von der Jury ausgewählt worden, und dazu gratulierte sie dem Verein herzlich. Die Stettenhofer Jugendleiter Susanne Seemüller und Michelle Weißenböck mit den anwesenden Mitgliedern freuten sich über das Preisgeld von 300 Euro und die Kinder und Jugendlichen über die Lebkuchenherzen.

Der Verein kann stolz auf seine Jugendarbeit sein, die durch den großen Zusammenhalt und mit dem Einsatz der Eltern der Schützenjugend sowie den vielen Ehrenamtlichen möglich ist. Ein Dankeschön hatte der Vorsitzende auch an die Landesjugendleitung für die sehr schön gestaltete Preisverleihung unter den strengen Corona-Bedingungen.

*Verfasser: Katrin Seemüller/Elisabeth Stainer/red  
Fotos: Stefan Bajer*



## Jugendleiterlizenz-Ausbildung 2020 „Mit Abstand die Besten“

Vom 16. bis 24.10.2020 fand auf dem Gelände der Olympia-Schießanlage in Garching-Hochbrück ein weiteres Mal die ÜL-J-Ausbildung statt – dieses Jahr jedoch unter COVID-19-Bedingungen. Alle Teilnehmer hielten sich an die vorgeschriebenen COVID-Regeln – Danke für das Verständnis. Trotz alledem hatten alle einen riesigen Spaß und es war jedem anzumerken, dass es auf jeden Fall eine willkommene Abwechslung zu der heutigen Zeit mit den alltäglichen Corona-Maßnahmen gewesen ist.

### Freitag, der 16.10.2020

Gespannt und vielleicht auch ein wenig angespannt trafen wir Teilnehmer der diesjährigen Ausbildungsgruppe nach und nach mit entsprechendem Mund-Nasenschutz im Lehrsaal des BSSB ein. Der Seminarraum war von den Ausbildern den Regeln entsprechend vorbereitet: Namensschilder wiesen den Teilnehmern ihren Platz zu. Der Mindestabstand der einzelnen Tische wurde beachtet und diese sowie die Stühle waren bereits desinfiziert.

Wir - das sind 15 Personen, zum einen aus unterschiedlichen Bezirken Bayerns und zum anderen mit einem breiten Altersspektrum - konnten voll motiviert mit Kennenlernspielen beginnen und die anstehenden thematischen Disziplinen bestreiten.



Der Mund-Nasenschutz darf dieses Jahr nicht fehlen.

### Samstag, der 17.10.2020

Mit einem reichhaltigen Frühstück starteten wir in die Aufgaben eines Jugendleiters und beschäftigten uns mit allgemeinen Rechtsbegriffen sowie der BSSB-Organisationsstruktur. Nach dem Mittagessen lernten wir beispielsweise mit



Ausdauertraining auf dem Sportplatz der Olympia-Schießanlage Hochbrück.

Sébastien, dass das Laufen mit dem Blick auf den jeweiligen Ruhepuls jedem Spaß machen kann. Wir erprobten auch Aufwärmübungen, trainierten die Ausdauer, schulten unsere Koordination und übten uns in verschiedenen Entspannungstechniken. Bereits am 2. Tag war ei-



Koordinations- und Gleichgewichtsübungen.



Abschluss nach dem Sport: Das Dehnen.

ne harmonische und sogar internationale Gruppe entstanden.

### Sonntag, der 18.10.2020

Am Sonntag lernten wir den Aufbau einer Übungsstunde kennen. Ebenso behandelten wir auch die aktuellen Themen Fair Play und Doping. Mit unserem spürbaren Muskelkater lernten wir im Freien Ball- und Sportspiele, Abenteuer- und Erlebnissportarten wie Slackline sowie Trendsportarten wie Nordic Walking oder Speed-Badminton kennen. Abends planten wir in Kleingruppen didaktisch ansprechend Veranstaltungen für unsere Jugendarbeit.

### Montag, der 19.10.2020

Das lang ersehnte Luftpistolenschießen startete am Montag geleitet von den Experten Fritz und Edith Lubitz in der Theorie, um nachmittags in der Luftdruckhalle in die Praxis überzugehen. Gefolgt von dem Thema der Medienkompetenz. Nach dem Abendessen erhielten wir einen Vortrag von Thorsten zum Thema Waffenrecht und Aufsichtspflicht und erhielten ebenso Literaturvorschläge zur Jugendarbeit.

### Dienstag, der 20.10.2020

Wir behandelten angeleitet durch Jörg die Entwicklungsphasen von Kindern und Jugendlichen. Gefolgt von demokratischen Verhaltensweisen und Gruppenpädagogik, die uns bis zum späten Nachmittag beschäftigte.

Das Tages-Highlight war das Auslösen der Prüfungslehrproben; gefolgt von der Besprechung der schriftlichen sowie praktischen Prüfung und der Anwendung des sogenannten didaktischen Rasters. Anschließend stand allen Teilnehmern der Abend zur freien Verfügung und wurde von vielen zur Entspannung in der Therme Erding genutzt.

### Mittwoch, der 21.10.2020

Am Mittwoch widmeten wir uns den Luftgewehren und Bögen; es gab sogar die Möglichkeit das Bogen-Bundeskadertraining auf dem Gelände zu bestaunen. Anerkennung, Vertretungs-



Bogen- und Luftgewehrunterricht.





Anatomie-Unterricht am „lebenden Objekt“.

rechte und Zuschüsse für die Jugendausbildung standen außerdem auf dem Plan. Am Abend erarbeiteten wir Jugendbildungsmaßnahmen und trainierten anschließend noch (wie nahezu jeden Abend) LP, LG oder Bogen.

**Donnerstag, der 22.10.2020**

Nun lernten wir etwas über das Lehren und Lernen, sowie Sportverletzungen, Sportbiologie und Regeneration. Kraft- und Intervalltraining mit Jörg schuf Abwechslung. Wir hatten Besuch von einem Versicherungsvertreter, der uns allgemeine Infos gab. Am Abend erörterten wir die Drogenproblematik im Sportkontext mit einem Psychologen und Suchttherapeuten.



Konzentration und Fingerspitzengefühl - Im Schießsport unerlässlich.

**Freitag, der 23.10.2020**

Als erstes bereiteten wir uns auf das Thema kindgerechtes Training in Form eines Sommerbiathlons vor: Schießen mit einer Spielzeugarmbrust, Dosenwerfen, Zielübungen mit Bällen oder Wäscheklammern - um nur einige Stationen zu nennen. Nach dem Mittagessen folgten Spiel- und Übungsreihen, Fitnesstraining mit dem eigenen Körpergewicht und Abwärmübungen mit Faszienrollen. Den Tagesabschluss bildeten Hüttenspiele.

**Samstag, der 24.10.2020**

Am letzten Tag wurde demokratisch von den abgegebenen didaktischen Rastern ein kindgerechtes Training mit dem allseits beliebten Mittelalterthema ausgewählt und für alle Teilnehmer praktisch vorgeführt. Der bedrohliche Drache am Ende des Trainings wurde von uns allen besiegt und es folgte eine Abschlussreflexion des Lehrgangs mit Ausblick auf das Prüfungswochenende. Nach dem Mittagessen stand für alle nach den anstrengenden, aber umso lehrsameren Tagen der Heimweg an.

Nun ist nur noch auf erfolgreiche Prüfungen beim zweiten Ausbildungsteil zu hoffen, der aufgrund der steigenden COVID-19-Infektionszahlen auf Februar verschoben werden musste, um letztlich die deutschlandweit anerkannte Jugendleiter-Lizenz des DOSB zu erhalten.

Unser Dank gilt allen, die uns diese Ausbildung in diesem Jahr ermöglicht haben und große Planungsflexibilität erwiesen haben!

**Für uns hat sich die Ausbildung bis jetzt schon auf jeden Fall gelohnt. Wir konnten wertvolle Tipps für unsere Jugendarbeit mitnehmen. Wir können jedem, der schon mit dem Gedanken gespielt hat die Jugendleiterlizenzausbildung beim BSSB zu machen, bisher aber noch unentschieden war, sagen: Mach mit!**

*Verfasser: Teilnehmer/-innen der Jugendleiterlizenz-Ausbildung 2020*

**Gemeinsam schaffen wir das!**



**Teilnehmer und Lehrgangsteam der Jugendleiterlizenz-Ausbildung 2020**



# Jahreskalender der BSSJ – 2021



www.bssj.de



Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
01 Fr Neujahr	01 Mo	01 Mo	01 Do	01 Sa Tag der Arbeit	01 Di	01 Do	01 So RWS VR Endkampf in Suhl	01 Mi Deutsche Meisterschaft	01 Fr	01 Mo Allerheiligen	01 Mi
02 Sa	02 Di	02 Di	02 Fr Karfreitag	02 So	02 Mi	02 Fr Bayerische Meisterschaft	02 Mo	02 Do RWS Shooty Cup Bundesentscheid	02 Sa	02 Di	02 Do
03 So	03 Mi	03 Mi	03 Sa	03 Mo	03 Do Fronleichnam	03 Sa Bayerische Meisterschaft	03 Di	03 Fr Deutsche Meisterschaft	03 So Tag der Deutschen Einheit	03 Mi	03 Fr
04 Mo	04 Do	04 Do	04 So	04 Di	04 Fr Masters-TeamCup RWS VR Rückkampf	04 So Bayerische Meisterschaft	04 Mi	04 Sa Deutsche Meisterschaft	04 Mo	04 Do	04 Sa
05 Di	05 Fr	05 Fr	05 Mo Ostermontag	05 Mi	05 Sa Masters-TeamCup / RWS VR Rückkampf	05 Mo	05 Do	05 So Deutsche Meisterschaft	05 Di	05 Fr	05 So Krisenintervention
06 Mi Hl. Drei Könige	06 Sa Juleica-Aufbauschi- lung	06 Sa	06 Di	06 Do	06 So Masters-TeamCup / RWS VR Rückkampf	06 Di	06 Fr	06 Mo	06 Mi	06 Sa Mentaltraining	06 Mo Nikolaustag
07 Do	07 So Bewegung und Stressabbau	07 So	07 Mi	07 Fr RWS VR Vorkampf in Südbaden	07 Mo	07 Mi Bayerische Meisterschaft	07 Sa	07 Di	07 Do	07 So Jugendleiter - Was nun? 19	07 Di
08 Fr	08 Mo	08 Mo	08 Do	08 Sa RWS VR Vorkampf in Südbaden	08 Di	08 Do Bayerische Meisterschaft	08 So	08 Mi	08 Fr Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	08 Mo	08 Mi
09 Sa	09 Di	09 Di	09 Fr	09 So RWS VR Vorkampf in Südbaden	09 Mi	09 Fr Bayerische Meisterschaft	09 Mo	09 Sa	09 So Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	09 Di	09 Do
10 So	10 Mi	10 Mi	10 Sa Innere Präsenz - Achtsamkeit - Bewusstheit	10 Mo	10 Do	10 So Innere Präsenz - Achtsamkeit - Bewusstheit	10 Di	10 Fr	10 So Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	10 Mi	10 Fr
11 Mo	11 Do	11 Do	11 So	11 Di	11 Fr	11 So Bayerische Meisterschaft	11 Mi	11 Sa	11 Mo Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	11 Do	11 Sa Sommerbiathlon Basis
12 Di	12 Fr	12 Fr	12 Mo	12 Mi	12 Sa	12 Mo	12 Do	12 So	12 Di Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	12 Fr	12 So Sommerbiathlon Aufbau
13 Mi	13 Sa	13 Sa	13 Di	13 Do Chr. Himmelfahrt	13 So	13 Di	13 Fr	13 Mo	13 Mi Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	13 Sa	13 Mo
14 Do	14 So	14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo	14 Mi	14 Sa	14 Di	14 Do Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	14 So	14 Di
15 Fr	15 Mo Rosenmontag	15 Mo	15 Do	15 Sa	15 Di	15 Do	15 So Mariä Himmelfahrt	15 Mi	15 Fr Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	15 Mo	15 Mi BSSJ-Intern Ausgabe 04/2021
16 Sa	16 Di Faschingsdienstag	16 Di	16 Fr	16 So	16 Mi	16 Fr	16 Mo	16 Do	16 Sa Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil I	16 Di	16 Do
17 So	17 Mi	17 Mi	17 Sa	17 Mo	17 Do	17 Sa	17 Di	17 Fr Bundesjugendtag in Steinbach (SB)	17 So Kurze Spiele u. Aktionen aus dem Abenteuer- und Erlebnissport	17 Mi	17 Fr
18 Mo	18 Do	18 Do	18 So	18 Di	18 Fr	18 So „Du bist was du isst“ - Alles rund um eine gesunde Ernährung	18 Mi	18 Sa Bundesjugendtag in Steinbach (SB)	18 Mo	18 Do Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil II	18 Sa Bewegung & Stressabbau
19 Di	19 Fr	19 Fr	19 Mo	19 Mi	19 Sa Bayempokal d. Jugend	19 Mo	19 Do	19 So Bundesjugendtag in Steinbach (SB)	19 Di	19 Fr Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil II	19 So
20 Mi	20 Sa	20 Sa	20 Di	20 Do	20 So	20 Di	20 Fr	20 Mo	20 Mi	20 Sa Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil II	20 Mo
21 Do	21 So	21 So	21 Mi	21 Fr	21 Mo	21 Mi	21 Sa	21	21 Do	21 So Jugendleiterlizenz- Ausbildung Teil II	21 Di
22 Fr	22 Mo	22 Mo	22 Do	22 Sa	22 Di	22 Do	22 So	22 Mi	22 Fr	22 Mo	22 Mi
23 Sa	23 Di	23 Di	23 Fr	23 So Pfingstsonntag	23 Mi	23 Fr	23 Mo	23 Do	23 Sa	23 Di	23 Do
24 So	24 Mi	24 Mi	24 Sa Mentaltraining	24 Mo Pfingstmontag	24 Do Bayerische Meisterschaft	24 Sa Guschu Open / Mentaltraining	24 Di	24 Fr	24 So	24 Mi	24 Fr Heiligabend
25 Mo	25 Do	25 Do	25 So Juleica-Aufbauschi- lung	25 Di	25 Fr Bayerische Meisterschaft	25 So Multi-Youngsters-Cup	25 Mi Deutsche Meisterschaft	25 Sa Bogensport im Aufwind	25 Mo	25 Do	25 Sa 1. Weihnachtstag
26 Di	26 Fr	26 Fr	26 Mo	26 Mi	26 Sa Bayerische Meisterschaft	26 Mo	26 Do Deutsche Meisterschaft	26 So	26 Di	26 Fr	26 So 2. Weihnachtstag
27 Mi	27 Sa	27 Sa	27 Di	27 Do	27 So Bayerische Meisterschaft	27 Di	27 Fr Deutsche Meisterschaft	27 Mo BSSJ-Intern Ausgabe 03/2021	27 Mi	27 Sa Prävention	27 Mo
28 Do	28 So	28 So	28 Mi	28 Fr 43. Landesjugendtag in Obernburg (Ufr)	28 Mo BSSJ-Intern Ausgabe 02/2021	28 Mi	28 Sa Deutsche Meisterschaft	28 Di	28 Do	28 So	28 Di
29 Fr	29 Mo BSSJ-Intern Ausgabe 01/2021	29 Do	29 So	29 Di 43. Landesjugendtag in Obernburg (Ufr)	29 Mi	29 Do	29 So Deutsche Meisterschaft	29 Mi	29 Fr	29 Mo	29 Mi
30 Sa	30 Di	30 Di	30 Fr	30 So 43. Landesjugendtag in Obernburg (Ufr)	30 Mi	30 Fr RWS VR Endkampf in Suhl	30 Mo Deutsche Meisterschaft	30 Do	30 Sa	30 Di	30 Do
31 So	31 Mi	31 Mi	31 Mo	31 So	31 Mo	31 Sa RWS VR Endkampf in Suhl	31 Di Deutsche Meisterschaft	31 So	31 So	31 Fr	31 Fr

## Aktion der BSSJ

Aufgrund der aktuellen Lage konnte die ursprünglich geplante Jahresaktion der BSSJ „Guschu i(s)t gesund“ bei den Veranstaltungen, die abgesagt wurden, leider nicht umgesetzt werden. Daher überlegte sich das BSSJ-Team was anderes und rief die Aktion „Mach mit und bilde eine Solidaritätskette“ ins Leben.

Bei den Nachwuchswettbewerben auf der Olympia Schießanlage Hochbrück wartete auf jeden Schützen am Schießstand ein Stein, der in den Wettkampfpausen bunt bemalt werden durfte. Die bemalten Steine sollten ein bisschen Farbe in die düstere Zeit bringen und so schmückt die bunte Steinepracht den Weg zur Finalhalle.

Mit dieser Aktion möchte die Bayerische Schützenjugend hervorheben, dass die Schützen aufeinander Acht geben und zusammenhalten. Gerne darf jeder an dieser Solidaritätskette weiter bunte Steine legen oder an anderen Orten in Bayern neu aufbauen. In Zeiten von Corona müssen wir zusammenhalten und auch auf uns Acht geben.

Die Landesjugendsprecherin Eva Stainer entwarf zudem eigens ein Guschu-Plakat zum Infektionsschutz, das auch auf der BSSJ-Webseite zum Herunterladen zur Verfügung steht. Darüber hinaus wurde das BSSJ-Logo der aktuellen Zeit angepasst und dem Maskottchen Guschu der neue BSSJ-Mund-Nasenschutz aufgesetzt. Diese Masken können in kleinen Mengen als Give-Aways beim BSSB angefragt werden.



Bunte Steinkette zur Finalhalle auf der Olympia-Schießanlage in Hochbrück



Guschus Mund-Nasenschutz als Give-Away erhältlich

## INFEKTIONSSCHUTZ

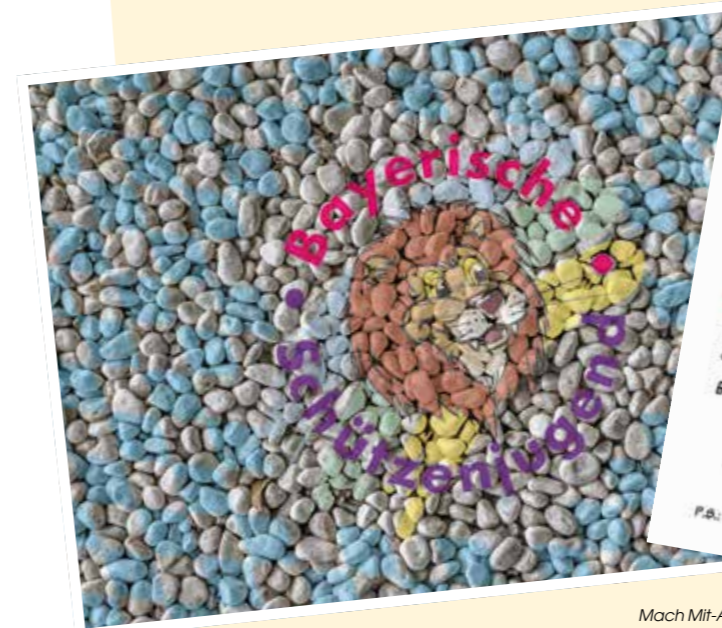
*Grach mit!*



mind. 1,5 m Abstand halten    Mund- & Nasenschutz tragen    Hygiene beachten

„Bleibt gesund“ wünscht Guschu und die Bayerische Schützenjugend!

Guschu-Plakate zum Infektionsschutz



Liebe Schützenjugend,  
vielleicht hast Du sie auch schon einmal gesehen, die bunt bemalten Steine am Wegesrand, welche sich wie Perlenketten aufreihen. Die Steine setzen in dieser außergewöhnlichen Zeit ein Zeichen für mehr Solidarität und Zusammenhalt.  
Auch ich möchte bei dieser Aktion mitmachen und meine eigene Guschu-Kette auf der Olympia Schießanlage beginnen. Es wäre toll, wenn Du mir hilfst, sodass die Kette richtig bunt und lang wird. Suche Dir einen Stein und bemale ihn nach deinen Vorstellungen.

**JE BUNTER, DESTO BESSER!**

Wenn Du fertig bist, lege deinen Stein einfach zu den anderen. Mal sehen, wie weit die Kette wächst.  
Bleib gesund!

Dein Guschu

P.S. Weitere Infos zur BSSJ findest Du auf [www.bssj.de](http://www.bssj.de)

*Grach mit!*



Mach Mit-Aktion der BSSJ

## Bingo universal

### Ein Schießspiel

#### Allgemeines zu Schießspielen:

Sie werden vorwiegend in einer Trainingsstunde als spielerischen Ausklang verwendet. Genauso gut lassen sich Schießspiele im Hauptteil einsetzen. Es kommt darauf an, welches Ziel ein Jugendleiter/Trainer damit verfolgt.

#### Grundsätzliches:

Schießspiele sind weit mehr als nur ein Spiel. Im Spiel wird dem Nachwuchs die körperliche Belastung weniger deutlich und so werden weit mehr Schüsse abgegeben, als eigentlich vorgesehen sind. Dabei sollte bedacht werden, dass gleichzeitig die Konzentration durch den Spielcharakter für das Wesentliche sehr leicht verlorengeht. Deshalb ist eine begrenzte Schussanzahl günstiger, die auf das Alter und auf das derzeitige Leistungs- und Konzentrationsvermögen der jungen Schützen abgestimmt ist.

Im Spiel wird auch die Kondition und Konzentrationsausdauer gefördert. Im Hintergrund dienen Schießspiele als psychologisches Instrument, um strategisches, taktisches und logisches Denken der Jungschützen sowie das soziale Verhalten innerhalb der Gruppe zu fördern.

Bingo ist ein Gewinnspiel, das im Norden Deutschland gespielt wird. Die Gewinner werden in der wöchentlichen NDR-Fernsehshow immer am Sonntagnachmittag ermittelt. Findige Jugendleiter/Trainer, die Zugang zu NDR 3 haben, haben sicherlich erkannt, dass sich dieses Spiel vielfach auch als Schießspiel abwandeln lässt. Es dürfte also einigen nicht fremd sein. Für die Jugendleiter/Trainer, die Bingo nicht kennen, werden hier einige Variationen zusammengestellt. Das Spiel kann mit allen Druckluftsportgeräten und mit Lichtgewehr/Lichtpistole durchgeführt werden.

1. Jedes Kind bekommt ein leeres Bingo-Formblatt. Im Beispiel sind es 16 Kästchen. Das bedeutet, es können bis zu 16 Schuss geschossen werden. Nach jedem Schuss wird das erzielte Ergebnis in eines der Kästchen eingetragen. Bingo wird erreicht, wenn entweder waagrecht, senkrecht oder diagonal eine auf- oder absteigende Zahlenreihe (z. B. 7, 8, 9, 10 bzw. 10, 9, 8, 7) oder waagrecht, senkrecht oder diagonal viermal die gleiche Ringzahl, z. B. eine „9“ eingetragen werden kann. Die Kinder haben hier die Qual der Wahl. Sie lernen dabei auch ihre eigene Leistung einzuschätzen. Wer zuerst Bingo hat, hat gewonnen. Die Dauer der gesamten Schießzeit sollte vorher besprochen mit den Kindern festgelegt werden.

#### 2. Wenn die Hygieneauflagen es zulassen oder es keine Auflagen mehr geben sollte!

Wie Nr. 1: Jedes Kind darf nur vier Schuss hintereinander abgeben, muss dann den Stand verlassen, die wartenden Kinder kommen jetzt an die Reihe. Wenn diese ihre vier Schuss abgegeben haben, kommen die ersten Kinder wieder zum Zuge. Grund: Es sind oft nicht genügend Schießsportgeräte vorhanden, so ist ein schnellerer Wechsel möglich. Langes Warten macht keinen Spaß.

#### 3. Auch hier unbedingt auf Hygieneregeln achten!

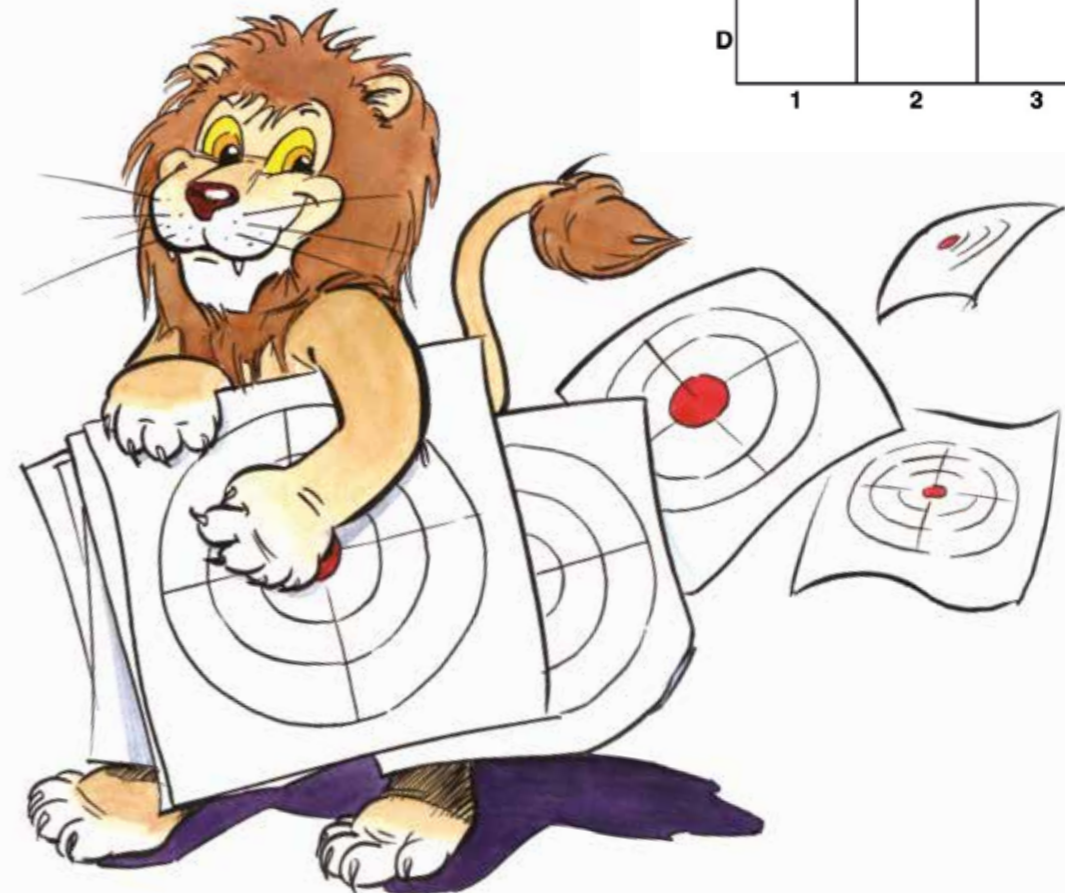
Wie Nr. 1 jedoch als Ausklang: Es werden Pärchen gebildet, die miteinander nur ein Bingo-Formular haben. Damit wird die Schussanzahl für jedes Kind halbiert. Das ist als Ausklang sinnvoll, da weniger Zeit zur Verfügung steht. Das Pärchen muss sich vorher darüber einigen, wer und wie jeweils die Schussergebnisse in die Kästchen eingetragen werden.

Das Bingo-Schießspiel lässt sich vielfach abwandeln und für Klein und Groß mit allen Leistungsstufen verwenden. Ihr seid sicher alle kreativ und habt eigene Ideen zu diesem Spiel.

Weitere Schießspiele bietet das von Burkhard Schindler und Elfe Stauch verfasste Buch „104 Schießspiele zur Leistungsförderung“, die auch zu eigenen Ideen anregen können. Das Buch gibt es z. B. im BSSB-Shop zu erwerben.

Dieses Bingo-Schießspiel gibt es bereits auf der Webseite der Verfasserin (→ [nachwuchsarbeit-schiesssport.de](http://nachwuchsarbeit-schiesssport.de)) mit mehreren Variationen. Dieses hier abgedruckte wurde von ihr überarbeitet und verkürzt.

Verfasserin: Elfe Stauch



Name: \_\_\_\_\_

	1	2	3	4	
A					A
B					B
C					C
D					D
	1	2	3	4	

Name: \_\_\_\_\_

	1	2	3	4	
A	10				A
B			9		B
C	8				C
D				7	D
	1	2	3	4	

## Etwas zum Knobeln für Zuhause

Dieses kleine Knobelspiel dient als Abwechslung, um sich zuhause einerseits vom Smartphone/Computer zu lösen und andererseits um

- die Kreativität,
- die Denkfähigkeit und Vorstellungskraft,
- die Genauigkeit beim Ausschneiden der Teile,
- die taktile Wahrnehmung und
- Geduld und Ausdauer, wenn es nicht gleich aufs erste Mal klappt, zu fördern.

All das brauchst du auch beim Sportschießen. Viel Spaß beim Lösen des Knobelspiels!

### Ziel des Spiels

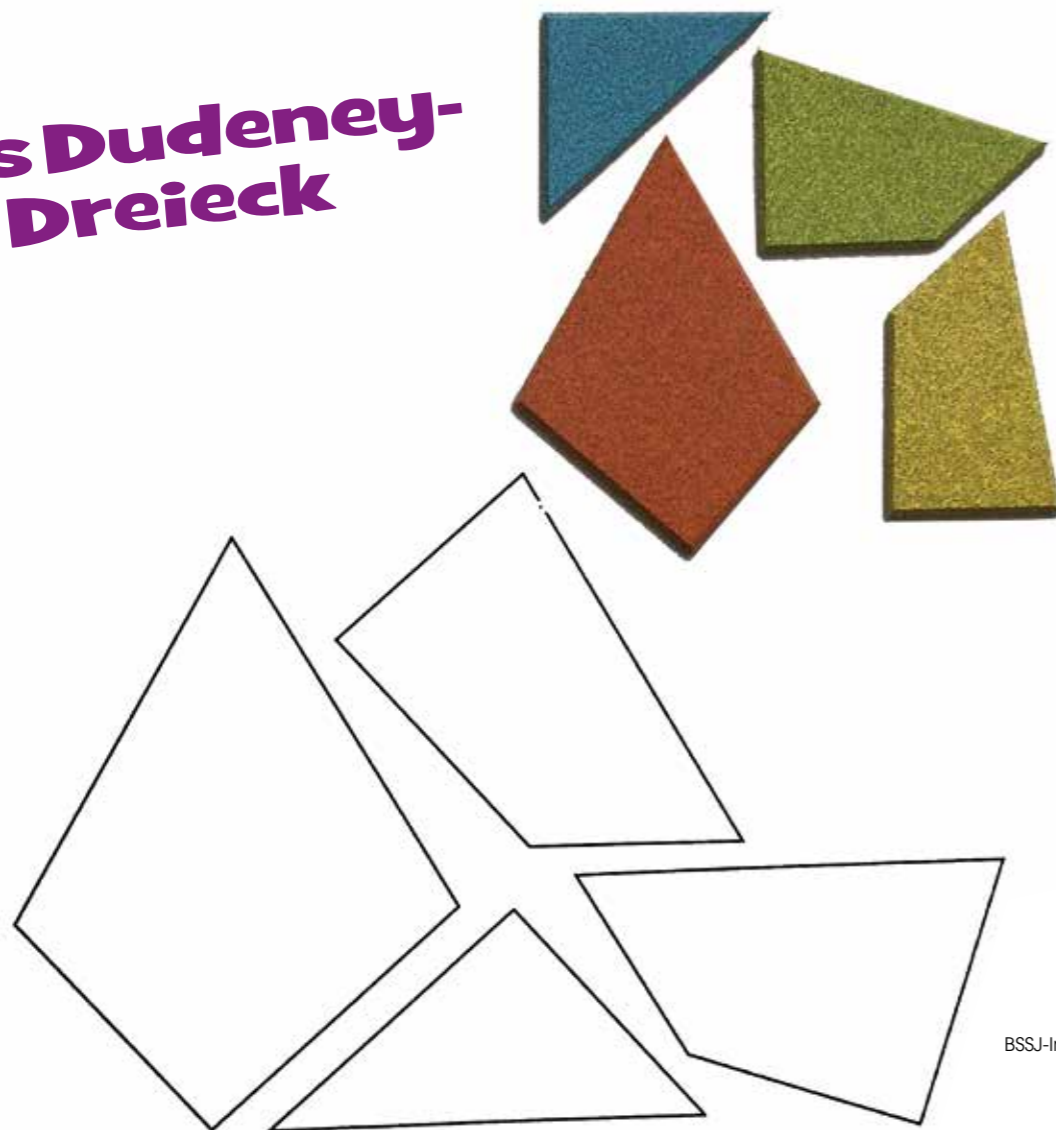
Mit diesen unten abgebildeten vier Teilen soll ein Quadrat oder ein Dreieck gebildet werden.

### Anleitung

Fotokopiere die Zeichnung (unten) auf ein weißes Papier. Male die Teile mit einem Farbstift nach Lust und Laune aus. Klebe die Kopie auf einen Karton, der sich auch noch gut mit der Schere schneiden lässt. Kein Kleber zur Hand? Dann probiere es doch mal mit einer Mehlpampe. Schneide die einzelnen Teile aus und nun kann's losgehen.

Verfasserin: Effe Stauch

## Das Dudeney-Dreieck



## Buchstabensalat

Markiere die Tiere, die im Buchstabensalat versteckt sind:

```

      Z L K N S
    K K A T Z E Z H S
  Y P X E I W O L F C U
  H F Q S G Ä A G F H O
Z Ö B O E E D H L Ö W E E
K A M E L R P K N Ö E U Y
L M B N R K E L D K I B K
Z E Ä N A T L Q H U N D I
G I R A F F E D M Z G Y B
  S T F F U F W U W E O
  E G P E C A Q D U V N
    F R E H N Ä X G X
      D S T Q Y
  
```

- |                |                 |                 |
|----------------|-----------------|-----------------|
| 1 Ameise _____ | 2 Löwe _____    | 3 Kamel _____   |
| 4 Katze _____  | 5 Giraffe _____ | 6 Elefant _____ |
| 7 Tiger _____  | 8 Fuchs _____   | 9 Schwein _____ |
| 10 Bär _____   | 11 Affe _____   | 12 Esel _____   |
| 13 Reh _____   | 14 Wolf _____   | 15 Hund _____   |

*Möglichkeit zur Erstattung der Verdienstaussfälle,  
wenn der Arbeitgeber eine Freistellung gewährt!  
Weitere Infos auf der BSSJ-Webseite unter  
Infothek (www.bssj.de).*

## Das „GRÜNE BAND“ – Talentförderung der Commerzbank



Seit 1986 fördern die Commerzbank AG und der Deutsche Olympische Sportbund über die Initiative „Das Grüne

Band für vorbildliche Talentförderung im Verein“ Kinder und Jugendliche. Das „Grüne Band“ belohnt konsequente Nachwuchsarbeit im Leistungssport, unabhängig von der Vereinsgröße oder der Popularität der Sportart.

Für das „Grüne Band“ können sich Vereine oder einzelne Abteilungen **bis 31. März jedes Jahres** bei ihren Spitzenverbänden bewerben.

Das „Grüne Band“ von Commerzbank und dem Deutschen Olympischen Sportbund ist mit einer Förderprämie von je **5.000,- Euro** für die **leistungssportliche Nachwuchsarbeit** der ausgezeichneten Vereine verbunden.

[www.dasgrueneband.com](http://www.dasgrueneband.com)

## Haendler & Natermann Förderpreis Stark für den Schützennachwuchs

Im Jahr 2021 wird erneut der H&N Förderpreis für erfolgreiche Jugendarbeit in Vereinen des DSB vergeben. **Bewerbungsschluss ist der 31. Mai 2021.**



Der H&N Förderpreis ist eine Auszeichnung, die jährlich an Schützen- und Bogenvereine verliehen wird, die herausragende Jugendarbeit betreiben.

Als Anreiz gibt es für die Gewinner eine finanzielle Unterstützung in Höhe von 1.750,- € für den ersten, 1.250,- € für den zweiten und 800,- € für den dritten Platz. Diese soll in die Jugend des Vereins investiert werden, um weitere, erfolgreiche Projekte zu ermöglichen. Dazu gibt es noch drei Anerkennungspreise im Wert von jeweils 250,- €.

Ausschreibung sowie die Bewerbungsunterlagen unter [www.dsb.de/jugend/jugendarbeit/foerderpreise/h-n/](http://www.dsb.de/jugend/jugendarbeit/foerderpreise/h-n/).

## Nachwuchsgewinnungspreis der BSSJ

Im Jahr 2020 hat sich die Bayerische Schützenjugend gefragt, ob Jugendarbeit messbar ist und zum ersten Mal den Nachwuchsgewinnungspreis ins Leben gerufen. Da dieser ein voller Erfolg war, sucht Guschu nun auch 2021 den Schützenverein, der im Besonderen Jugendarbeit betreibt und fördert.

Die Ausschreibung und Unterlagen sind auf der Webseite der BSSJ abrufbar ([www.bssj.de](http://www.bssj.de)).

Die BSSJ bedankt sich ganz herzlich bei Herrn Daniel Römer von Tesro für die Spende des 1. Preises.



## Ausbildung

### Jugendleiterlizenz-Ausbildung (ÜL-J)

#### Inhalte

Die Jugendleiterlizenz-Ausbildung (ÜL-J) umfasst 130 Lerneinheiten. Der Unterricht beinhaltet zu 80 % überfachliche Themen, wie z. B. überfachlichen Sport, Aktivitäten und Spiele in der allgemeinen Jugendarbeit und deren Finanzierungsmöglichkeiten, Jugend- und Vereinsrecht, Aufsichtspflicht, Kommunikation und Gruppendynamik. 20 % der Ausbildungsinhalte beschäftigen sich mit schießsportfachlichen Ausbildungsthemen in Theorie und Praxis (Luftgewehr/Luftpistole oder Bogen/Luftpistole). Die Jugendleiter-Lizenz-Ausbildung (ÜL-J) erfolgt nach den Richtlinien des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus sowie den Rahmenrichtlinien für Qualifizierung, im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes.

#### Lehrgangsziel

Mit erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmer/-innen die Jugendleiterlizenz des DOSB. Sie soll dazu befähigen, eine Vereinsjugendgruppe aufzubauen, zu führen und sinnvoll zu erweitern. Zudem ist diese Lizenz Voraussetzung für eine staatliche Bezuschussung und auch für den Erhalt der JuleiCa (Jugendleiter-Card). Letztere bietet den Ausweisinhabern bundesweit zahlreiche Ermäßigungen.

#### Lehrgangsort

Bayerischer Sportschützenbund e.V.  
Olympia-Schießanlage  
Ingolstädter Landstraße 110  
85748 Garching-Hochbrück

#### Termine

**Grund- und Aufbaulehrgang:**  
**08. bis 16. Oktober 2021**

#### Abschlusslehrgang (Prüfung):

**18. bis 21. November 2021**

Anreise am 08.10. / 18.11. jeweils bis 19:00 Uhr

#### Teilnehmerkreis

Interessierte Jugendmitarbeiter/-innen ab einem Alter von 18 Jahren

#### Voraussetzungen

- Erste-Hilfe-Kurs mit 9 Unterrichtsstunden, der nicht älter als 2 Jahre ist
- Qualifizierung für Standaufsichten
- Vereinsübungsleiter- bzw. Jugendassistent-Ausweis
- Erweitertes Führungszeugnis ohne jugendrelevante Einträge

Ohne diese Voraussetzungen ist eine Teilnahme nicht möglich, denn die Jugendleiter-Lizenz (ÜL-J) ist ein „amtliches“ Dokument mit fest vorgegebenen Richtlinien, die, wie z. B. auch bei einem Kfz-Führerschein, von Amtswegen her eingehalten werden müssen.

#### Lehrgangsgebühr

**200,- Euro;** darin enthalten sind Übernachtung in Doppelzimmern inkl. Vollpension, Referenten- und Betreuerhonorare sowie Unterrichtsmaterial.

#### Lehrgangs-Team

- Peter Schwibinger (Trainer C Leistungssport, lizenziertes Jugendleiter, Assistent der Landesjugendleitung)
- Thorsten Schierle (B-Trainer, S-Lizenz Kinder/Ausbilderlizenz für JuBaLi DSB)
- Veronika Hartl (Sport- und Gesundheitswissenschaftlerin, Leiterin des Jugendbüros)

#### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über die **Aus- und Weiterbildungsreferenten** der einzelnen Bezirke. In Ausnahmefällen kann die Anmeldung auch über das Jugendbüro erfolgen.

**Anmeldung für die Jugendseminare im Onlinemelder ab sofort möglich!**

## Weiterbildung

### Jugendleiterlizenz (ÜL-J) Verlängerung der Gültigkeit

Für die Verlängerung der Gültigkeit einer Jugendleiterlizenz gelten folgende Regelungen:

Innerhalb der vierjährigen Laufzeit einer Jugendleiterlizenz sind **16 Unterrichtseinheiten** Weiterbildung vorgeschrieben. Von diesen 16 Unterrichtseinheiten sind mindestens 8 Unterrichtseinheiten aus dem **überfachlichen BSSJ-Weiterbildungsangebot** für Jugendleiterlizenzen **auf Landesebene** gefordert (Weiterbildungsangebote aus dem Bereich „Jugend“).

Weitere 8 Unterrichtseinheiten können auch aus den sport- oder verwaltungsfachlichen Bereichen sein. Hierbei ist auf die Anzahl der anerkanntsfähigen Unterrichtseinheiten zu achten (**siehe Tabelle zur Lizenzverlängerung nächste Seite**).

Weiterbildungsangebote und deren Ausschreibungen werden immer in der Bayerischen Schützenzeitung, auf der Jugendwebseite ([www.bssj.de](http://www.bssj.de)), in der Jugendzeitung „BSSJ-Intern“ sowie über den BSSB-Onlinemelder ([www.bssb.de/aus-und-weiterbildung](http://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung)) ausgeschrieben. Eine schnelle Anmeldung ist ratsam, da wegen unserer Teilnehmerbegrenzung – um optimales Arbeiten zu ermöglichen – die Seminare oft schnell ausgebucht sind.

**Für ausgebuchte Seminare kann man sich auf die Warteliste setzen lassen. Dazu einfach eine E-Mail an Sabine Freitag schicken: [sabine.freitag@bssb.bayern](mailto:sabine.freitag@bssb.bayern)**

Weiterbildungen aus dem überfachlichen Jugendbereich, die die Bezirke/Gaue durchführen, werden anerkannt, wenn sie vom Landesjugendbüro **vorab genehmigt** worden sind. Werden Fortbildungsveranstaltungen bei anderen Instituten

besucht und sollen diese zur Lizenzverlängerung gelten, so sollte vor Anmeldung **wegen einer Anerkennung** beim Landesjugendbüro ebenfalls **nachgefragt werden**.

Folgende Einrichtungen bieten ggf. Seminare aus dem überfachlichen Jugendbereich an:

- Bezirks-, Kreis- und Stadtjugendring
- Jugendbildungsstätte
- Universitäten
- VHS
- Andere Sportverbände

Eine Lizenzverlängerung ist **ab dem 1. Oktober** des Ablaufjahres möglich. Zur Lizenzverlängerung ist der Nachweis an Fortbildungen (Teilnahmebestätigungen, ggf. Testatheft) an die Bayerische Schützenjugend, Ingolstädter Landstraße 110, 85748 Garching einzusenden.

Zuständigkeit:

Landesjugendbüro, 089-316949-14, [jugend@bssb.de](mailto:jugend@bssb.de)

**Die Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen der Bayerischen Schützenjugend werden aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales durch den Bayerischen Jugendring gefördert.**



## Anerkennung für Lizenzverlängerungen von BSSB-Weiterbildungsmaßnahmen

Bereich	Seminar	Lizenz	Trainer C	Vereinsmanager	Jugendleiter	Kampfrichter
Verwaltung	Schützenmeister – was nun?			8 UEs		
Verwaltung	ZMI Client für Vereine und Gesellschaften			4 UEs		
Verwaltung	Fit für das Amt des Schatzmeisters			8 UEs		
Verwaltung	Aufbaukurs für Schatzmeister			8 UEs **		
Verwaltung	Das Waffenrecht in der Praxis	4 UEs	4 UEs	4 UEs *		
Verwaltung	Sportleiter im Verein Kugel/Bogen	4 UEs	8 UEs **			
Verwaltung	DSGVO für Vereine und Gesellschaften	5 UEs	5 UEs	5 UEs *		
Verwaltung	Datensicherheit im Rahmen der DSGVO	4 UEs	4 UEs	4 UEs *		
Verwaltung	„Hilfe, wir müssen bauen“			4 UEs		
Verwaltung	Eventmanagement			4 UEs	4 UEs *	
Verwaltung	Vereinsrecht und Versicherungen			8 UEs **	8 UEs *	
Verwaltung	Kassen- und Rechnungsprüfung in Verein/Gesellschaft			4 UEs		
Verwaltung	Kassen- und Rechnungsprüfung in Gau und Bezirk			4 UEs		
Verwaltung	Kinder und Jugendliche für den Verein gewinnen – aber wie?			8 UEs	8 UEs	

Jugend	Sommerbiathlon Grundlagenlehrgang	8 UEs			8 UEs	
Jugend	Sommerbiathlon Aufbaulehrgang	8 UEs			8 UEs	
Jugend	Innere Präsenz – Achtsamkeit – Bewusstheit	8 UEs	8 UEs **		8 UEs	
Jugend	Juleica Aufbauschulung				8 UEs	
Jugend	Mentaltraining	8 UEs			8 UEs	
Jugend	Du bist, was du isst – gesunde Ernährung				8 UEs	
Jugend	Weiterbildungswochenende für lizenzierte Jugendleiter			8 UEs	16 UEs	
Jugend	Bewegung und Stressabbau	8 UEs	8 UEs		8 UEs	
Jugend	Fit für die Herausforderungen des digitalen Zeitalters			8 UEs	8 UEs	
Jugend	Bogensport im Aufwind – erste Schritte im Verein	8 UEs***	8 UEs		8 UEs***	
Jugend	Jugendleiter – was nun?				8 UEs	
Jugend	Kurze Spiele und Aktionen aus dem Abenteuer und Erlebnissport	8 UEs	8 UEs		8 UEs	
Jugend	Prävention von sexueller Gewalt	8 UEs	8 UEs		8 UEs	
Jugend	Recht und Versicherung	8 UEs	8 UEs **		8 UEs	
Sport	Weiterbildungsmaßnahmen speziell für Trainer A, B, C	entsprechend			entsprechend	
Sport	Weiterbildungsmaßnahmen speziell für Kampfrichter					entsprechend

Anmerkungen

wird mit der abgedruckten Zahl von UEs anerkannt wird für diesen Lizenztyp nicht anerkannt

\* nur in Verbindung mit einer jugendspezifischen Weiterbildungsmaßnahme \*\* nur ein Lehrgang aus diesem Weiterbildungsfeld wird anerkannt

\*\*\* Dieses Seminar wird für Trainer im Bogenbereich (Trainer C, B A und ÜL-J im Fachteil Bogen) **nicht zur Lizenzverlängerung** anerkannt.

#### Allgemeiner Hinweis zur Anerkennung der Weiterbildungen für Trainer-C-Lizenzen:

Grünmarkierte Seminare aus den Bereichen Verwaltung und Jugend werden nur als überfachliche Weiterbildungen und nur in Verbindung mit einer sportspezifischen Weiterbildungsmaßnahme anerkannt. Pro Bereich (Verwaltung/Jugend) kann auch nur jeweils **ein** Lehrgang für Trainer C anerkannt werden.

## JuLeiCa-Aufbauschulung

### Inhalt (8 UE)

Die JuLeiCa-Aufbauschulung umfasst acht Lerninheiten und beinhaltet folgende Themen:

- Planung und Durchführung von überfachlichen Aktivitäten anhand von praktischen Beispielen (z. B. Wochenendfreizeiten, Jugendbildungsmaßnahmen, Internationale Jugendbegegnungen usw.),
- Strukturen der Jugendarbeit (Demokratischer Aufbau, Mitbestimmung, Freiwilligkeit und Ehrenamtlichkeit, z. B. Kreisjugendring, Stadtjugendring),
- Prävention von sexueller Gewalt
- Medienführerschein

### Lehrgangziel

Die Jugendleiter/In-Card (JuLeiCa) ist der bundesweit einheitliche Ausweis für ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen in der Jugendarbeit. Sie dient zur Legitimation und als Qualifikationsnachweis der Inhaber/-innen. Zusätzlich soll die JuLeiCa auch die gesellschaftliche Anerkennung für das ehrenamtliche Engagement zum Ausdruck bringen.

Als kleines Dankeschön für ihr Engagement sind daher mit der JuLeiCa einige Vergünstigungen verbunden. Diese Vergünstigungen sind regional sehr unterschiedlich. Ihre Palette reicht vom kostenlosen Eintritt ins Schwimmbad bis hin zu Ermäßigungen beim Kinobesuch. Darüber hinaus gibt es bundesweite Vergünstigungen, wie etwa die kostenlose Mitgliedschaft im Deutschen Jugendherbergswerk. Welche Vergünstigungen es in deiner Nähe gibt, erfährst du über die Postleitzahl-Suche unter [www.juleica.de](http://www.juleica.de) oder bei deinem örtlichen Jugendring.

Dieser Lehrgang soll den Teilnehmern ein grundlegendes Wissen in den oben genannten Bereichen vermitteln. Nach Abschluss dieses Lehrgangs sind die Teilnehmer dazu berechtigt, die JuLeiCa zu beantragen.

### Termine

**Samstag, 06. Februar 2021, 9:00 – 17:00 Uhr**

Olympia-Schießanlage  
„Lehrsaal 1“ im Erdgeschoss der Geschäftsstelle  
Ingolstädter Landstraße 110  
85748 Garching-Hochbrück

**Sonntag, 25. April 2021, 9:00 – 17:00 Uhr**

Kgl. priv. FSG Weiden  
Hetzenrichter Weg 20  
92637 Weiden



### Teilnehmergebühr

**25,- Euro.** Darin sind Mittagessen, Referenten- und Materialkosten enthalten. Die Teilnahmegebühr wird vor Ort in bar kassiert.

### Mitzubringen

Schreibzeug, nach Möglichkeit ein digitales Foto (muss kein Passfoto sein) und ein WLAN-fähiges Gerät (Smartphone, Laptop, iPad etc. zur Beantragung der JuLeiCa). Darüber hinaus sollten Sie die Zugangsdaten für den eigenen E-Mail Account parat haben.

### Teilnehmerkreis

Vereinsübungsleiter/-innen (VÜL) und C-Trainer/-innen, um die Juleica am Ende des Seminars beantragen zu können.

### Voraussetzungen

- VÜL- oder Trainer C-Lizenz
- Mindestalter: 16 Jahre
- Erste-Hilfe-Kurs, der bei der Juleica-Beantragung nicht länger als 3 Jahre zurückliegen darf.

Hinweis zur Lizenzverlängerung: Dieses Seminar wird für Trainer C als Lizenzverlängerung nicht anerkannt.

### Anmeldung über den BSSB-Onlinemelder für Aus- und Weiterbildungen:

[www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html](http://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html)

## Bewegung & Stressabbau

Eine immer größer werdende Anzahl an Kindern und Jugendlichen leidet in unserer modernen Gesellschaft an einem Mangel an motorischen Fähigkeiten. Das stetig zunehmende Bewegungsdefizit führt u. a. dazu, dass bei ihnen die für das Körpergefühl entscheidende Feinmotorik sehr schwach oder gar nicht ausgeprägt ist. Auch das „richtige Feedback“ auf unterschiedlichste Reize beim Sport und in vielen Alltagssituationen ist oft verlorengegangen.

Ebenso mangelt es vielen Heranwachsenden an Beweglichkeit, die eine wichtige Grundlage für Aktivitäten aller Art darstellt. Das Training dieser Fähigkeiten ist sehr wichtig und stellt - während der Schießpausen - eine gute Möglichkeit dar, ihren Schützlingen eine willkommene Abwechslung zu bieten. Und nicht zuletzt wird eine verbesserte Körperbeherrschung auch zu besseren Schießergebnissen führen.

### Inhalte (8 UE)

- Mobilisation
- Faszien-Training
- Haltungsschäden und Verspannungen vorbeugen, erkennen und bekämpfen
- Stressabbau
- Lustige Spiele

### Termin

**Sonntag, 07. Februar 2021, 9:00 – 17:00 Uhr**

### Ort

Olympia-Schießanlage  
„Lehrsaal 1“ im Erdgeschoss der Geschäftsstelle  
Ingolstädter Landstraße 110  
85748 Garching-Hochbrück

### Referentin

Doris Liebl (Sporttherapeutin, Lizenzen: BLSV, BVS, LAG-Bayern).

### Teilnehmergebühr

**25,- Euro.** Darin sind Mittagessen, Referenten- und Materialkosten enthalten. Die Teilnahmegebühr wird vor Ort in bar kassiert.

### Mitzubringen

Schreibzeug, Testattheft (falls vorhanden), Isomatte oder Decke.

### Teilnehmerkreis

Jugendleiter/-innen und alle, die für einen Verein im Bereich Kinder und Jugendliche tätig sind.

### Anmeldung über den BSSB-Onlinemelder für Aus- und Weiterbildungen im Bereich „Jugend“:

[www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html](http://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html)





## Mentaltraining

### Inhalt (8 UE)

„In Deinen Gedanken liegt die Kraft zur sofortigen Veränderung.“ (Markus Koch)

Im Seminar werden sofort umsetzbare Mentaltechniken spielerisch und praxisnah vermittelt. Mentaltraining beinhaltet eine Vielfalt von psychologischen Methoden, die das Ziel verfolgen, die soziale und emotionale Kompetenz, die kognitiven Fähigkeiten, die Belastbarkeit, das Selbstbewusstsein, die mentale Stärke oder das Wohlbefinden zu fördern.

### Lehrgangsziel

Nicht nur im Beruf oder Alltag, sondern auch im Sport können Mentaltechniken die Leistung nachhaltig verbessern. Als Ergänzung zum physischen Training schafft Mentaltraining die Basis für effizienteres Trainieren und eine gefestigte Leistung auch bei Wettkämpfen. Ziel der Fortbildung ist es den Jugendleitern, Trainern und Betreuern einen umfassenden Einblick rund um das Thema Mentaltraining zu geben. Die Teilnehmer lernen, worauf es bei Mentaltechniken ankommt, um diese Erkenntnisse sowohl im Alltag anzuwenden, als auch in ihren Kinder- und Jugendgruppen zu thematisieren und weiterzugeben.

### Lehrgangsprogramm

- Nervosität und Angstblockaden in „Extra-Power“ umwandeln
- Bestleistung erzielen im Konzentrations-Tunnel – „Flow“
- Blitzschnell reagieren in kritischen Situationen – auch „Mann gegen Mann“
- Trainingsleistung im Wettkampf umsetzen
- Motivation und Fokus in Training, Wettkampf und Alltag/Beruf erhöhen

### Termin

Sonntag, 25. April 2021, 9:00 – 17:00 Uhr

### Ort

Olympia-Schießanlage  
„großer Sitzungssaal“ der BSSB-Geschäftsstelle  
Ingolstädter Landstraße 110  
85748 Garching

**Lehrgangsleitung:** Elisabeth Stainer

### Gastreferent

- Markus Koch – Mentaltrainer
- Weltmeistertrainer DSB (Armbrust)
  - Trainer Bayern-Kader Polizei
  - Mehrfacher Landesmeister LG und KK
  - Kriminalhauptkommissar und Diplom-Verwaltungswirt
  - Coach der Darts-Stars Max Hopp und Martin Schindler

### Teilnehmergebühr

**25,- Euro.** Darin sind Mittagessen, Referenten- und Materialkosten enthalten. Die Teilnahmegebühr wird vor Ort in bar kassiert.

### Mitzubringen

Schreibzeug, Testatheft (falls vorhanden)

### Teilnehmerkreis

Jugendleiter/-innen und alle, die für einen Verein im Bereich Jugendarbeit tätig sind.

### Anmeldung über den BSSB-Onlinemelder für Aus- und Weiterbildungen im Bereich „Jugend“:

[www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html](http://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html)

## Innere Präsenz – Achtsamkeit – Bewusstheit

### Inhalt (8 UE)

**Innere Präsenz durch guten Kontakt zu sich selbst:** In der heutigen Zeit sind gerade Jugendliche vielen Ablenkungen ausgesetzt, die sie immer weiter weg von sich führen. Deshalb ist es wichtig, den jungen Menschen Wege aufzuzeigen, wieder zurück zu sich selber zu finden und gut bei sich zu sein. Gut bei sich selber sein heißt, die eigene Lebendigkeit zu spüren und den inneren Fokus weg von den Zerstreuungen hin zu dem zu lenken, was jetzt gerade in mir da ist.

Dieses Seminar will Möglichkeiten aufzeigen, wie über den ‚bewussten zugelassenen Atem‘, unterstützt durch die Reflexionsschritte ‚Innere Wachheit – nichtbewerten – loslassen‘ (wieder) ein guter Kontakt zu sich selber hergestellt werden kann. Guter Kontakt mit sich selber bewirkt innere Präsenz und einen gesunden Körpertonus, was uns im Schießsport wie allgemein im Leben positiv unterstützt.

### Lehrgangsziel

Ziel der Fortbildung ist es, den Jugendleitern, Trainern und Betreuern einen umfassenden Einblick rund um das Thema innere Achtsamkeit zu geben. Die Teilnehmer lernen unterschiedliche Techniken kennen, um diese Erkenntnisse sowohl im Alltag anzuwenden, als auch in ihren Kinder- und Jugendgruppen zu thematisieren und weiterzugeben.

### Termin

Samstag, 10. April 2021, 9:00 – 17:00 Uhr

### Ort

Schützenhaus der SG Diana 1955 Leinach  
Schützenstraße 16  
97274 Leinach

### Referent

Alfons Kraus – Coach, Gestaltpädagoge, Atemtherapeut

### Teilnehmergebühr

**25,- Euro.** Darin sind Mittagessen, Referenten- und Materialkosten enthalten. Die Teilnahmegebühr wird vor Ort in bar kassiert.

### Mitzubringen:

Bequeme Kleidung und warme Socken, Schreibzeug, Testatheft (falls vorhanden)

### Teilnehmerkreis

Jugendleiter/-innen und alle, die für einen Verein im Bereich Kinder und Jugendliche tätig sind.

### Anmeldung über den BSSB-Onlinemelder für Aus- und Weiterbildungen im Bereich „Jugend“:

[www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html](http://www.bssb.de/aus-und-weiterbildung.html)



### Jahrgangstabelle für das Sportjahr 2021

Klasse	Alter	Jahrgang
Schüler m/w	12-14	2007 – 2009
Jugend m/w	15-16	2005 – 2006
Junioren I / Juniorinnen I	19-20	2001 – 2002
Junioren II / Juniorinnen II	17-18	2003 – 2004
Herren/Damen I	21-40	1981 – 2000
Herren/Damen II	41-50	1971 – 1980
Herren/Damen III	51-60	1961 – 1970
Herren/Damen IV	61 und älter	1960 und früher
Herren/Damen IV (nur LG/LP im BSSB)	61-65	1956 – 1960
Herren/Damen V (nur LG/LP im BSSB)	66 und älter	1955 und früher
<b>Auflagewettbewerbe</b>		
Senioren I m/w	51-60	1961 – 1970
Senioren II m/w	61-65	1956 – 1960
Senioren III m/w	66-70	1951 – 1955
Senioren IV m/w	71-75	1946 – 1950
Senioren V m/w	76 und älter	1945 und früher
<b>Jahrgangsklassen nur für Bogendisziplinen</b>		
Schüler A m/w	13-14	2007 – 2008
Schüler B m/w	11-12	2009 – 2010
Schüler C m/w	10 und jünger	2011 und früher
Jugend m/w	15-17	2004 – 2006
Junioren m/w	18-20	2001 – 2003
Herren/Damen	21-49	1972 – 2000
Master m/w	50-65	1956 – 1971
Senioren m/w	66 und älter	1955 und früher

Achtung!

Zur Berechnung der Rundenwettkämpfe und Meisterschaften 2022 (beginnend am 1. Oktober 2021) ist die Jahrgangstabelle für 2022 zu verwenden.

### Lichtgewehrverleih der Bayerischen Schützenjugend



Die Landesjugendleitung der Bayerischen Schützenjugend verleiht seit nunmehr über 10 Jahren Biathlon-Lichtgewehranlagen mit Zielvorrichtungen (Anschütz). Diese hochwertigen Sportgeräte haben ein Gewicht von nur 2,2 kg, sind für Jung und Alt geeignet, können drinnen wie draußen problemlos benutzt werden, da sie nicht dem Waffengesetz unterliegen. Spaß ist sowohl bei Kindern und Jugendlichen als auch bei Erwachsenen garantiert.

#### Kosten

Die Biathlongewehre mit Zielvorrichtungen werden **KOSTENLOS** an Vereine verliehen. Zu bezahlen sind lediglich die Rücktransportkosten. Es werden entweder Pakete mit 2 (ca. 12 kg) oder 3 Anlagen (ca. 16 kg) in einem Karton verpackt und zum reservierten Termin verschickt.

Es besteht aber auch die Möglichkeit, die Lichtgewehre selbst abzuholen bzw. zurückzubringen. Abhol-Ort ist die Geschäftsstelle des Bayerischen Sportschützenbundes e.V.: **Olympia Schießanlage, Ingolstädter Landstraße 110, 85748 Garching.**

#### Anfrage

Die Reservierungsanfrage sollte **per E-Mail** so früh wie möglich erfolgen. Es ist empfehlenswert, mindestens ein halbes Jahr vorab anzufragen. Dazu werden folgende Angaben benötigt

- das Datum der Veranstaltung/Verleihzeitraum
- die Anzahl der Lichtgewehre (max. 6 Anlagen)
- die Kontaktperson (Adresse, E-Mail, Handynummer) & Versandadresse.

#### Verleihzyklus und Versand

Generell wird in einem Zyklus von **Mittwoch bis Montag** verliehen. Die Anlagen können im Ausnahmefall für 2 Verleihzyklen reserviert werden. Die Lichtgewehre werden zum reservierten Termin von der Bayerischen Schützenjugend an den „Ausleiher“ verschickt. Trotz sorgfältiger Planung und rechtzeitigem Versand kann es dennoch zu verspäteten Zustellungen kommen. **Daher ist eine Selbstabholung der Lichtgewehre empfehlenswert.**

#### Rücksendung

Die Rücksendung erfolgt durch den Verleiher. Die BSSJ versendet per DHL, der Dienst für den Rückversand ist dem Verleiher freigestellt. Die Rücksendung muss Montagvormittag erfolgen, persönlicher Rücktransport bis spätestens Dienstagvormittag.

**Wir bitten dringend darum, sorgsam und sachgemäß mit den Anlagen umzugehen und die einzelnen Teile wieder in die dazugehörigen Kartons zu verpacken.**

*Die Reparaturkosten von Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung verursacht werden, können dem Verleiher in Rechnung gestellt werden.*

Bei Interesse und weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an:

#### Bayerische Schützenjugend

Landesjugendbüro  
Telefon: (089) 31 69 49-14  
E-Mail: jugend@bssb.de

Hier findet ihr alle Informationen:

[www.bssj.de](http://www.bssj.de)

[www.bssb.de](http://www.bssb.de)

[www.facebook.com/bssbev](https://www.facebook.com/bssbev)

