



FOTO: NORDIC FOCUS

# „Ihr habt nur einen Schuss –



**WAFFE, SCHUSS & OPTIK**  
INTERVIEW MIT CHRISTOPH SUMANN

## Herr Sumann, warum ist Biathlon so populär?

**Sumann:** „Weil einfach das Schießen so interessant ist. Die Fernsehübertragungen spezialisieren sich natürlich auf den Schießplatz, weil bis zum letzten Schuss die ganze Geschichte nicht ent-

schieden ist. Als Läufer kannst du noch so weit vorne liegen. Wenn du jedoch auf den letzten Schießplatz hinkommst und alle „Fünfe“ danebenschießt ... Oft kommen drei, vier oder fünf Leute zugleich auf den letzten Schießplatz und wer dann halt am schnellsten und besten schießt, na ja, der wird es halt gewinnen. Biathlon bleibt bis zum letzten Schuss spannend. Das macht diese Sportart so attraktiv. Mir kommt immer vor, dass die Jäger große Biathlonfans sind. Die Jäger erkennen, wie schwierig das ist – der Umgang mit der Waffe und dazu noch laufen.“

**Wie können Biathleten unter so hoher Pulsbelastung so gut schießen? Diese Frage stellen sich wirklich viele Jäger. Wie geht das?**

**Sumann:** „Im Grunde genommen ist es hauptsächlich Training, Training, Training. Wir fangen im Grundlagenbereich an. Da wird ein bis zwei Monate nur im Grundlagenbereich geschossen – ganz ruhig, ohne Belastung. In der Regel machen wird da 100 bis 200 Schüsse pro Training. Wir schießen drei bis vier Mal in der Woche. Dazu kommen noch spe-

zifische Schießübungen, Übungen am Laser, viel Trockentraining! Dann fängt man langsam mit der Belastung an. Bereits Mitte Juni geht es damit los, wobei das Niveau ständig in die Höhe gefahren wird. Man versucht, das Gelernte aus dem Grundlagentraining umzusetzen. Dabei spielt auch die Schießgeschwindigkeit eine entscheidende Rolle, dass man auch unter Belastung etwas treffen kann.“

**Und je weiter es Richtung Winter geht?**

**Sumann:** „Da wird nur mehr eingeschossen, 20 Schüsse, und dann geht es nur mehr unter Belastung weiter.“

**Mit wie viel Puls schießen Sie im Wettkampf?**

**Sumann:** „Ich habe keine Pulsuhr oben, ich schätze so zwischen 160 und 180 Puls. Aber ich weiß, wie weit ich meinen Körper herunterdrosseln muss. Ich will gar nicht ganz herunterkommen, denn je härter der Puls schlägt, umso schwieriger wird das Schießen. Auf das sollte auch ein Jäger achten, wenn er in einer solchen Situation ist!“

Das Wort Biathlon stammt aus dem Griechischen und bedeutet Zweikampf. Ihren Ursprung findet diese Sportart vor über 5.000 Jahren. Aus dieser Zeit stammen auch die ersten Aufzeichnungen über das „Jagen auf Schiern“. Heute ist Biathlon eine moderne, absolut faszinierende Wettkampfsportart, die mittlerweile besonders in Deutschland, jedoch auch in Österreich zu einer der beliebtesten Wintersportarten überhaupt zählt. Einer der erfolgreichsten Biathleten Österreichs ist Christoph Sumann, der sich bei den Olympischen Spielen in Vancouver sowohl in der Verfolgung als auch in der Staffel „versilberte“. Für den ANBLICK interviewte ihn Dr. Gert Andrieu.



FOTO: H. FLADENHOFER

# – und der muss passen!“

**Also: Der Puls beim Schießen ist nur etwas geringer als der Puls beim Laufen.**

**Sumann:** „Ja, das kann man schon so sagen. Manche wählen den Zulauf extrem langsam und wollen herunterkommen. Andere ziehen das Tempo voll durch. Simon Eder ist so einer. Der kommt mit Wettkampfgeschwindigkeit auf den Schießplatz zu. Der rennt hin und fängt an. Ich bin auch ein relativ schneller Zulaufer. Es ist aber ein Unterschied, ob ich in einem Einzelbewerb bin, wo ich mich nur auf mich selbst konzentrieren kann, oder ob ich in einer Verfolgung bin oder ob mir jemand ein Tempo aufzwingt.“

**Was braucht man, um zu treffen?**

**Sumann:** „Talent ist ein großer Faktor. Der andere Teil ist jedoch der Faktor Risiko. Im Biathlon gibt es einen großen Unterschied zwischen Liegend- und Stehendschießen. Wir schießen liegend über 50 Meter. Das Ziel mit viereinhalb Zentimeter Durchmesser ist dabei sehr, sehr klein. Das ist absolute Präzisionsarbeit, weil da jeder

„Wackler“, jeder „Reißer“, jeder Windstoß von rechts oder von links den Schuss einfach verträgt. Stehend ist es so, dass das Ziel elf Zentimeter groß ist. Stehend ist meistens das dritte oder das vierte Schießen oder eventuell auch das zweite. Da ist man doch schon einige Zeit lang unterwegs. Da hat man einfach nicht mehr das Vermögen oder auch die Konzentration, ganz ruhig in das „Schwarze“ zu fahren. Feinvisierung, Zehner herausschießen oder so, das geht einfach nicht! Stehendschießen ist reines Reaktionsschießen. Man fährt in das „Schwarze“, hat eine kurze Haltephase, und der Schuss überrascht einen. Dieser Ablauf muss genau stimmen.“

**Das wäre dann ja die gleiche Situation wie auf der Jagd, wenn man über den Stock schießt – auf der Blattjagd zum Beispiel.**

**Sumann:** „Ja, genau. Man muss halt schnell reagieren. Das ist halt der Unterschied zum Liegend-schießen oder zur Ansitzjagd bei euch Jägern. Man muss die Konzentration so aufbauen, dass man den richtigen Zeitpunkt wählt. Dabei nähert

man sich dem Ziel an, mit dem Finger schon voll auf dem Druckpunkt. Der Schuss an sich muss einen quasi überraschen. Also: Kurz hineinfahren, dem Ziel annähern, Haltephase, Feinvisierung und Schuss. Man muss hier halt auch ein Risiko eingehen. Wenn ich zu mir sage: So, jetzt bin ich so weit. Dann muss ich auch den zweiten Schritt machen und zu mir sagen: Jetzt ziehe ich ab.“

**Wie gehen Sie mit diesem Risiko um? Was können Sie einem Jäger raten, der über den Stock mit erhöhtem Puls schießen will?**

**Sumann:** „Man muss im Biathlon schnell arbeiten, damit die Abstände zwischen den Schüssen sehr gering sind. Man muss sich auch trauen zu schießen! Das ist das Wichtigste, was ich einem Jäger raten kann. Wenn du wirklich den Zeitpunkt verpasst und dich nicht abzurücken traust, die Barriere zu groß ist, dann ist die Bewegung schon wieder da, und man trifft einfach nicht. Das ist mir selbst passiert, dass ich schnell hineingefahren bin, perfekt drinnen war und dann wieder hinausgefahren bin. Dann geht der

Schuss mit hinaus. Das sind bei uns die Randfehler. Oft ist es mir auch passiert, dass ich am Rand stehen geblieben bin und den letzten halben Zentimeter nicht mehr in das Ziel hineingekommen bin. Auch dann kommt es zu einem Randfehler.“

**Was können Sie einem Jäger raten?**

**Sumann:** „Wenn Jäger sicher treffen wollen, dann müssen sie etwas tun dafür. Wenn sich ein Jäger verbessern will, um ein sauberes Schussbild zusammenzubekommen, werden ein oder fünf Schüsse zur Überprüfung einer Waffe nicht ausreichen. So wäre es vielleicht auch kein Fehler, einmal einige Hundert Meter schnell zu gehen, um dann in einem Schießstand einige Schüsse zu machen; dass man einfach nur sieht, wie sich das Schussverhalten verändert, wenn man unter Belastung steht. Bei mir fällt ein Randtreffer immer noch, und ich habe fünf Schüsse pro Schießplatz. Ich kann einen eventuellen Fehler immer noch ausbessern. Ihr habt jedoch in der Regel nur einen Schuss, und der muss passen. Auch deswegen, weil ihr ein Lebewesen der Wildbahn entnehmt. Weidgerechtigkeit, wie man sagt. Bei uns ist das etwas komplett anderes.“

**Wie oft sollte ein Jäger Ihrer Meinung nach trainieren?**

**Sumann:** „Ein Jäger, der häufig auf die Jagd geht, muss mehr trainieren als einer, der selten auf die Jagd geht, weil sich Fehler einschleichen können, die Routine dazukommt. Aber ein gewisses Basistrain-



FOTO: VERFASSTER

**Gert Andrieu mit Christoph Sumann:** „Wenn Jäger sicher treffen wollen, dann müssen sie etwas tun dafür. Will ein Jäger ein ordentliches Schussbild zusammenbekommen, werden ein oder fünf Schüsse zur Überprüfung seiner Waffe einmal im Jahr nicht ausreichen.“

ning soll ein jeder Jäger haben. Bei uns zum Beispiel wird die Waffe jeden Tag neu eingeschossen.“

**Und was soll ein Jäger machen, wenn einmal der „Wurm“ drinnen ist?**

**Sumann:** „Mein Tipp ist: Ja nichts anders machen! Oft kann man machen, was man will. Man rudert herum, man bemüht sich und tut, man fährt hinein, man sieht schwarz, man drückt ab, und der Schuss geht trotzdem daneben. Das ist dann halt die totale Antiform. Da passt die Achse Auge, Gehirn, Finger nicht zusammen. Irgendwo ist eine Blockade drinnen, und es geht einfach nicht. Einfach weiterma-

chen, und irgendwann macht es dann wieder Klick.“

**Auf der einen Seite ist Biathlon sehr populär. Ein Sport, der sich mit einer Waffe abspielt. Auf der anderen Seite hat die Jagd öfters ein Problem mit der Öffentlichkeit – wegen der Waffen. Warum?**

**Sumann:** „Das Thema Sport und Waffe ist etwas komplett anderes als Freizeit und Waffe. Wir haben durch unseren Waffengebrauch noch nie einen negativen Touch gehabt.

Man muss auch dazusagen: Die Kinder lernen sehr früh den Umgang mit der

# INDIVIDUALITÄT TRIFFT FL



**MANNLICHER LUXUS mit gravierten Seitenplatten**  
Das innovative Modell ist ein elegantes, modulares Waf-  
fen-Konzept für maximale Flexibilität. Von der leichten  
Büchse für die Bergjagd über Rehwild-, Hochwild- und  
Drückjagd bis hin zur absoluten Verlässlichkeit bei der  
Großwildjagd in Afrika. Laufwechsel samt Optik ohne  
neuerliches Einschießen!

Info und Händlerverzeichnis: 06274 / 200 70 -0



\*Gültig bis 12/2010

Waffe. Sie werden auf das Thema Waffe hingeführt. Die Kinder fangen mit einem Luftdruckgewehr an und schießen auf zehn Meter. Das ist noch nicht so gefährlich, aber noch immer gefährlich genug. Da werden sie geschult, und erst dann erfolgt der Umstieg auf die richtige Waffe. Es hat auch noch nie etwas gegeben. Es wird zwar immer auch Unfälle geben, aber die sind sehr gering, denn jeder weiß, dass das, was er in der Hand hat, sehr gefährlich ist.

Bei meiner Waffe bin ich für alles verantwortlich, und niemand anderer hat dorthin zu greifen! Das wird einem von Beginn an gesagt. Wenn man das ab dem zwölften Lebensjahr immer wieder hört, dann sitzt das irgendwann. Es sind auch die Bestimmungen im Biathlon extrem streng. Nie angestecktes Magazin, nie Lauf zu den Zuschauern. Es wird immer alles doppelt und dreifach überprüft, und das ist auch gut so. Sonst wird man disqualifiziert und darf nicht starten. Da schaut jeder genau. In diesem Sport musst du einen absolut professionellen Zugang zu einer Waffe haben.“

**Der ANBLICK hat auch viele deutsche Leser. Deutschland ist ja so etwas wie ein „Biathlonmekka“.**

**Sumann:** „Ja, das stimmt. Wir sind sehr froh, dass wir die Deutschen haben. Die ganzen Großsponsoren sind deutsch. Das deutsche Fernsehen hat quasi den Biathlonsport populär gemacht. Und es hat natürlich auch über Jahrzehnte sportliche Ausnahmereisenergebnisse in Deutschland gegeben. Das ist so wie bei uns bei den alpinen Schifahrern. Bleibt

der Erfolg aus, dann ist auch in Deutschland Feuer am Dach. Es haben einfach gewisse Leistungsträger aufgehört, wie Sven Fischer, Ricco Groß und auch andere. Und da ist es dann extrem schwierig, dass jemand diese Löcher sofort wieder stopft, denn die anderen schlafen ja auch nicht. Da hat es heuer bei den Herren in Vancouver einmal keine Medaille gegeben. Man muss den Jungen auch Zeit geben. Der mediale Druck auf uns Athleten ist extrem, und wenn immer auf einem herumgehackt wird, na ja, dann wird

man halt auch nicht besser. Das ist wie bei unseren Alpinen: Bevor der abgeschwungen hat, hat der schon die Titelstory: Nur Vierter.“

**Wenn ein Mädchen oder ein Bursch Biathlon machen will?**

**Sumann:** „Einfach beim jeweiligen Landesschiverband informieren, wo es Vereine gibt, die einen zum Biathleten oder zur Biathletin ausbilden.“

### Swarovski – neue Z4i Zielfernrohrserie

Mit der neuen Z4i Zielfernrohrserie präsentiert Swarovski Optik die klassischen Zielfernrohre mit traditionellem 4fach-Zoom in einem ergonomischen und formschönen Design. Die beleuchteten Z4i Zielfernrohre ergänzen damit die Z6, Z5 und Z3 Zielfernrohrserien. Mit der neuen Z4i Zielfernrohrlinie mit 4fach-Zoom bietet Swarovski Optik leichte und leistungsstarke Zielfernrohre, die durch ihre optische Brillanz und Präzision, sowie durch ihr stabiles und robustes Aluminiumgehäuse bestechen. Die Z4i Serie zeichnet sich darüber hinaus besonders durch die hohe Transmission für die Jagd bei diffusen Lichtverhältnissen, sowie durch die bewährte, kontrastreiche Optik mit beachtlicher Randschärfe aus. Die High Grid Technologie bietet einen kleinen, klar definierten Leuchtpunkt, der zusammen mit den feinen beleuchteten Absehen in der zweiten Bildebene für ein sicheres Zielen bei Tages- und Dämmerungslicht steht. Alle neuen Z4i Modelle sind optional mit und ohne SR Schiene erhältlich.

**Für die Drückjagd – das Z4i 1,25-4x24.** Für die klassische Drückjagd benötigt der Jä-

gere ein niedrig vergrößertes Zielfernrohr, wie etwa das Z4i 1,25-4x24. Dieses Modell eignet sich hervorragend für Situationen, in denen eine schnelle Reaktion und ein guter Überblick gefragt sind.

**Perfekt bei schwierigen Lichtverhältnissen – das Z4i 2,5-10x56.** Ausgestattet mit einem 56-mm-Objektiv, brillanter Optik mit einer hohen Transmissionszahl und dem fein dimmbaren Leuchtabsehen, ist der Jäger bestens gerüstet für die Ansitzjagd von der Dämmerung bis in die Nacht.

**Das Z4i 3-12x50 – vielseitig einsetzbar.** Das formschöne Zielfernrohr Z4i 3-12x50 passt unaufdringlich zu allen Waffentypen. Mit der 12fachen Vergrößerung, dem 50 mm Objektivdurchmesser und seiner bestechenden Brillanz ist dieses Zielfernrohr eine gute Wahl für viele Situationen bei der Jagd.

Die drei neuen Z4i Modelle sind ab September 2010 im ausgewählten Fachhandel erhältlich.



# LEXIBILITÄT



**MANNLICHER**

**MANNLICHER LUXUS  
STANDARDKALIBER**  
links/rechts

STATT € 2.596,- € **2.117,-\***

**PRO MANNLICHER  
PREIS**

**MANNLICHER LUXUS  
GOISERER**  
508 MM

STATT € 2.712,- € **2.233,-\***



**STEYR  
MANNLICHER**

COUNT ON IT

www.steyr-mannlicher.com