

Vater und Sohn Eder: Ein Biathlon-Duell der Generationen!

LAOLA1 interviewt die Biathlon-Stars Alfred und Simon Eder über Schießtraining, technische Entwicklungen und persönliche Erfahrungen.

Lenzerheide, Schweiz - In der Welt des Biathlons, die von präzisiertem Schießen und anstrengendem Laufen geprägt ist, stehen zwei Namen ganz oben: Alfred Eder und sein Sohn Simon Eder. Alfred, der seine Karriere 1995 beendete, holte in seiner Laufbahn gleich zweimal Bronze bei Weltmeisterschaften. Nun, über 20 Jahre später, blickt die Sportwelt auf Simon, der nicht nur die Erfolge seines Vaters überholt hat, sondern auch in wenigen Tagen seinen 42. Geburtstag feiern wird. Wie **LAOLA1** berichtet, hat sich Simon insbesondere durch seine Genauigkeit am Schießstand hervorgetan, wo er als einer der besten Schützen seiner Generation gilt.

Das Geheimnis eines guten Schützen? Laut Simon hängt es von vielen Faktoren ab, darunter die Wahl der passenden Munition und die individuelle Feintechnik. „Eine gute Munition und unter Druck ruhig bleiben, das macht den Unterschied“, so Simon. Besonders anspruchsvoll ist dabei das Stehenschießen für Linkshänder wie ihn. Trotz der Herausforderungen sieht er die Möglichkeit, seine Schießzeiten stetig zu verbessern, wobei moderne Technologien wie elektronische Schießstände eine entscheidende Rolle spielen, wie auch Alfred Eder in seinem Rückblick auf die Entwicklung des Schießtrainings berichtet. „Die Schießzeiten sind kürzer geworden, und man muss heute einfach präziser und schneller sein“, erklärt Alfred. **Das Verb „schießen“ auf Deutsch** steht dabei im Mittelpunkt, wenn es

um die Kunst des präzisen Schießens geht.

Der Druck steigt

Beide Athleten bestätigen, dass der Druck im modernen Biathlon äußerst hoch ist. Simon hat festgestellt, dass die Konkurrenz auf dem Schießstand härter wird und die Schießzeiten immer weiter sinken. „Wenn man in einem Sprint 40 Sekunden für zwei Schießeinheiten benötigt, hat das erhebliche Auswirkungen auf das Rennergebnis“, erklärt der Biathlet. Insbesondere die Frage nach den schnellsten Schießzeiten ist spannend, denn während der Rekord bei 12,9 Sekunden liegt, so sehen Simon und Alfred eine Grenze für weitere Verbesserungen.

Der Blick von Alfred auf Schulter und mentale Stärke verdeutlicht, wie wichtig der fokussierte Umgang mit Stress ist: „Mentaltraining ist entscheidend, um sich auf den Wettkampf vorzubereiten“, hebt er hervor. Stressige Situationen, wie vergessene Magazine, haben auch bei den besten Schützen schon zu Problemen geführt, wie die beiden Eder-Brüder betonen. Während ihr Augenmerk nun auf der bevorstehenden Biathlon-Weltmeisterschaft liegt, bleibt abzuwarten, welche neuen Rekorde sie erreichen werden.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Lenzerheide, Schweiz
Quellen	• www.laola1.at • www.germanveryeasy.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at