

# NEWSLETTER GÖNNERCLUB LARISSA

[www.larissadonatiello.ch](http://www.larissadonatiello.ch)



Larissa Donatiello

JUNI 2025

Liebe Mitglieder des Gönnerclubs

Seit dem letzten Newsletter im Januar sind schon wieder ein paar Monate vergangen. Der Frühling hat Einzug gehalten, somit ist auch die Kleinkaliber-Saison gestartet. Gerne gebe ich euch ein paar Infos über meine privaten und sportlichen Aktivitäten.

## AUSBILDUNG

Die Ausbildung als Kauffrau EFZ an der Sporthandelsschule in Biel ist im vollen Gange. Zurzeit bin ich im 3. Lehrjahr. Im August beginnt das letzte Ausbildungsjahr mit dem Abschluss im Sommer 2026. Die Ausbildung ist recht anspruchsvoll. Dadurch, dass ich einige Fächer bereits abschliessen konnte (Französisch und Englisch) habe ich mir etwas Luft geschaffen, um mich auf die anderen Fächer zu konzentrieren. Wie es mit meiner sportlichen Karriere nach dem Lehrabschluss weitergeht, ist noch offen.

Der Verband bietet zwei verschiedene Möglichkeiten, um eine Anstellung beim Schweizer Schiesssportverband zu erhalten:

### **Variante 1: NLZ Profi (100% Anstellung)**

Um eine 100% Anstellung vom Verband zu erhalten, ist es zwingend die Spitzensport Rekrutenschule (RS) zu absolvieren. Nach Abschluss der RS können Athletinnen und Athleten während 130 Tagen pro Jahr ihre Wiederholungskurse (WK) anstelle in der Kaserne zu absolvieren, für Trainings zu investieren. Trainiert wird täglich im nationalen Leistungszentrum (NLZ) in Biel. Dazu erhält man den Sold und einen kleinen Lohn vom Verband (Fr. 1'000.-/Mt.).

### **Variante 2: NLZ Profi (50% Anstellung)**

Bei einer 50% Anstellung ist es auch zwingend die Spitzensport RS zu absolvieren. Danach können wiederum 130 Tage pro Jahr für Trainings investiert werden. Der Lohn beträgt in diesem Fall rund Fr. 600.-/Mt. plus Sold. Der Verband verbietet es jedoch den Athletinnen und Athleten während den restlichen 50% eine andere Anstellung. Das heisst, man darf keine zusätzliche Arbeit ausüben, um die Einkünfte zu verbessern.

Im Moment weiss ich ehrlich gesagt noch nicht, wie es nach Lehrabschluss weitergehen soll. Ich werde euch auf dem Laufenden halten.

## WETTKÄMPFE

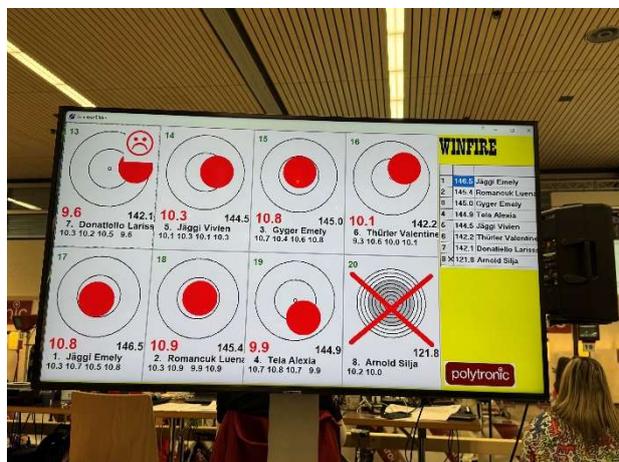
Aufgrund der Selektionsrichtlinie wurde ich dieses Jahr nicht für die Europameisterschaft selektioniert. Somit musste ich mein Hauptsaisonziel neu ausrichten und fokussierte mich voll auf die Schweizermeisterschaft.

### **Wintermeisterschaft (Rang 7)**

Die Wintermeisterschaft der Juniorinnen und Junioren ist wie eine vorgelagerte Schweizermeisterschaft mit dem Luftgewehr. Dieser Wettkampf fand am 9. Februar 2025 in Näfels statt. In der Kate-

gorie U21 waren 32 Athletinnen am Start. Mit einem soliden Qualifikationsresultat von 620.9 Punkten beendete ich die Qualifikation auf dem 5. Rang.

Im anschliessenden Final gelangen mir von Anfang an keine hohen 10-er Werte. Nach den beiden 5-er Serien lag ich mit 101.5 Punkten an 8. Stelle. In den folgenden Einzelschüssen konnte ich mich noch auf den 7. Rang vorkämpfen, dann war aber Schluss.



### Verbandsmatch (Gold für Solothurn)

Der Verbandsmatch ist ein Vergleichswettkampf zwischen den verschiedenen Kantonen. Seit einigen Jahren dominieren die Junioren/innen des Solothurner Verbands. Gestartet wird gemischt, das heisst Junioren und Juniorinnen starten im selben Feld. Der Verband muss je nach Anzahl lizenzierte Junioren/innen eine gewisse Anzahl Athleten für diesen Wettkampf stellen. Dieses Jahr musste der Solothurner Verband mit 7 Athleten/innen antreten. Jeder schießt ein Programm aus 60 Schüssen. Gezählt wird dann der Durchschnitt aus allen 7 Athleten/innen. Mir gelang ein sehr guter Wettkampf. Mit einem Resultat von 624.6 Punkte konnte ich wesentlich zum guten Gelingen der Mannschaft mithelfen. Mit einem Durchschnittsresultat von 622.129 Punkten lagen wir am Schluss im Schnitt mit 13.329 Punkten vor den 2. Platzierten aus dem Kanton Wallis.



## Schweizermeisterschaft (Rang 8)

Wie vorhin schon erwähnt, war die Schweizermeisterschaft als Saisonziel Nummer eins vorgerückt. Dementsprechend rechnete ich mir grosse Chancen auf eine Medaille. Leider machte ich mir zu grossen Druck und startete miserabel in den Wettkampf.

Mit einer Startpasse von 95.2 Punkten war der Wettkampf eigentlich schon gelaufen. Dies bedeutete, dass ich die fehlenden Punkte kaum aufholen konnte und den Einzug in den Final kaum machbar war. Losgelöst vom Druck startete ich dann mit Passen von 103.3, 104.8, 104.4, 104.8 und 105.2 eine richtige Aufholjagd. Mit einem Resultat von 617.7 Punkten gelang es mir auf den 5. Qualifikationsrang vorzustoßen.

Im anschliessenden Final verspürte ich wieder diesen Druck, welcher es mir nicht ermöglichte entspannt an den Start zu gehen. So schied ich als Erste aus und beendete die SM auf dem enttäuschenden 8. Schlussrang.



## ISAS Dortmund

Der erste internationale Wettkampf führte dieses Jahr nach Dortmund. Beim ISAS (International Saison Start for Shooters) ging ich sowohl mit dem Gewehr 10m wie auch mit dem Gewehr 50m an den Start. Es gab jeweils zwei Wettkämpfe.

Am ersten Wettkampftag mit dem Gewehr 10m lieferte ich solide Passen zwischen 104.6 und 102.5. Leider gelangen mir keine hohen 10-er Werte. In der 3. Passe leistete ich mir eine 8.4, was zu einem Schlussresultat von 619.7 Ringen und dem 28. Rang führte.

Am zweiten Wettkampftag mit dem Luftgewehr lief es mir einiges besser. Bis zur letzten Passe lag ich auf Finalkurs. Leider verliessen mich in der letzten Passe etwas die Nerven. Mit einem Resultat von 101.6 Punkte vergab ich die nötigen Punkte für den Finaleinzug. Ich erzielte ein gutes Resultat von 623.0 Punkten. 1.6 Ringe fehlten mir für den Finaleinzug. Am Schluss resultierte der 15. Schlussrang von 77 Teilnehmerinnen.

Gespannt war ich auf den Wettkampfteil mit dem Gewehr 50m. Ich hatte zuvor noch nicht viele Trainings mit dem Kleinkaliber absolviert. In den Trainings zuhause hatte ich in der Kniend-Stellung etwas Mühe mit der Stabilität. Diese Mühe hatte ich jedoch in Dortmund nicht mehr. So startete ich Kniend mit Passen von 99 und 97 (196), Liegend mit 100 und 97 (197) und lag vor dem Stehend-Teil auf Finalkurs. Leider hatte ich im Stehend Mühe. Mit Passen von 93 und 89 (182) Punkten vergab ich meinen Vorsprung. Mit geschossenen 575 Punkten gelang mir ein solides Resultat. Für den Finaleinzug fehlten 4 Punkte. Am Schluss landete ich auf dem 16 Rang von 40 Teilnehmerinnen.

Am letzten Wettkampftag mit dem Gewehr 50m startete ich wie am Tag zuvor stark in den Kniend und Liegend-Stellung. Kniend erzielte ich Passen von 98 und 98 (196), im Liegend 99 und 99 (198). Wieder lag ich nach den beiden Stellungen an vorderster Front in der Rangliste. Leider gelang mir der Stehend-Teil wieder nicht wie gewünscht. Mit Passen von 89 und 93 (182) vergab ich auch dieses Mal meinen Vorsprung. Mit dem Endresultat von 576 Ringen fehlten mir 2 Punkte für den Finaleinzug. Am Schluss beendete ich den Wettkampf auf dem 13. Schlussrang.

Ich konnte am ISAS in Dortmund wertvolle Erfahrungen sammeln. Die Resultate waren solid. Auf den Resultaten im Gewehr 50m kann ich aufbauen. Erfreut war ich auf den Resultaten in der Kniend und Liegend-Stellung.



## Shooting Masters 1 und 2

Die ersten Vergleichswettkämpfe mit dem Gewehr 50m fanden mit den Shooting Masters 1 und 2 statt. Die Vorbereitungszeit auf die Outdoor-Saison nach der Luftgewehr-Saison ist relativ kurz. Dementsprechend ist es schwierig einzuschätzen, wo die Formkurve steht.

Am ersten Wettkampftag gelang es mir recht gut in den Wettkampf einzusteigen. In den Trainings zuvor hatte ich in der Kniend-Stellung etwas Mühe, was sich jedoch am ersten Shooting-Masters nicht bestätigte. So schaffte ich mir mit zwei soliden Passen von je 97 Punkten (194) eine gute Ausgangslage für die nächsten Stellungen. In der Liegend-Stellung, war irgendwie der Wurm drin. Ich vergab in meiner Parade-Stellung mit Passen von 96 und 97 (193) einige wertvolle Punkte. Die erste Stehend-Passe gelang mir auch nicht nach Wunsch, so beendete ich diese Stellung mit 93 und 97 (190) Punkten. Mit einem Total von 577 Ringen reichte es am Schluss ganz knapp für die Finalteilnahme.

Der Finalmodus ist mit dem Gewehr 50m anders als mit dem Gewehr 10m. Geschossen werden zuerst je drei Serien à 5 Schüssen in der Kniend und Liegend-Stellung. In der Stehend-Stellung folgen kommandierte Einzelschüsse. Nach jedem Einzelschuss scheidet der Letztplatzierte jeweils aus.

Nach den Kniend-Serien lag ich zwischenzeitlich auf dem 5. Rang. Nach der Liegend-Stellung kämpfte ich mich auf den 2. Zwischenrang hinauf. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich auf die Erstplatzierte bereits einen Rückstand von 4.4 Punkten. Ich konnte diesen, trotz einigermaßen guten Einzelschüssen nicht wettmachen. Am Schluss beendete ich den Wettkampf mit 452.9 Punkten auf dem 2. Schlussrang. Für mich war es eine Überraschung, in der Outdoor-Saison mit einem Podestplatz zu starten.

Am zweiten Wettkampftag herrschten garstige Bedingungen. Nebst den kalten Temperaturen blies eine starke Bise während des gesamten Wettkampfs. Die Windfähnchen bewegten sich in alle Richtungen. Geduld war angesagt, um den richtigen Zeitpunkt zu finden um den Schuss abzugeben. Die Temperaturen waren so kalt, dass das Gefühl im Zeigfinger am Ende des Wettkampfs nachliess.

Im Kniend-Teil begann ich mit einer 95-er Passe, gefolgt von einer 98-er (193). Es folgten 97 und 98 (195) im Liegend-Teil. Da alle Teilnehmerinnen mit den Bedingungen zu kämpfen hatten, lag ich nach

den beiden Stellungen auf dem 2. Zwischenrang. Die erste Passe im Stehend-Teil gelang mir trotz den Bedingungen mit 95 Punkten recht gut. Dann verliessen mich in der letzten Passe die Nerven. Gepaart mit den garstigen Bedingungen schoss ich mich aus den Finalrängen und landete mit 565 Punkten auf dem 9. Schlussrang.

Trotz allem bin ich froh, dass mir nach der Indoor-Saison, mit dem ISAS in Dortmund und auch mit diesen beiden Shooting-Masters, der Start in die Outdoor-Saison recht gut gelungen ist.

### Internationaler Junioren Wettkampf Schwadernau (SUI)

Vom 9. bis am 11. Mai 2025 fand in Schwadernau (SUI) ein internationaler Wettkampf statt. Dort ging ich sowohl mit dem Gewehr 10m wie auch mit dem Gewehr 50m an den Start.

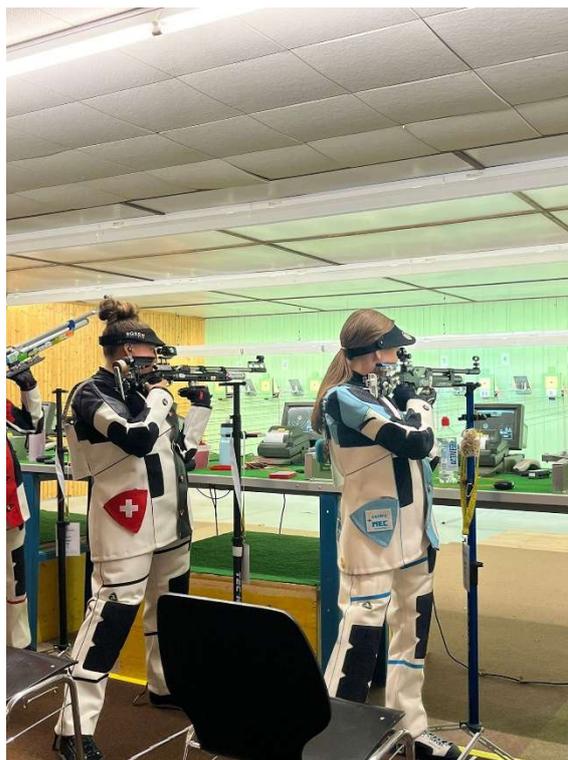
Am ersten Wettkampftag ging es mit dem Luftgewehr los. In einem Teilnehmerfeld von 28 Athletinnen aus der Schweiz, Deutschland und Kroatien gelang mir die Qualifikation der ersten 60 Schüsse mit einem Resultat von 623.6 Punkten recht gut. Dieses Resultat bedeutete Rang 5 in der Qualifikation.

Im anschliessenden Final waren fünf Schweizerinnen, eine Deutsche und eine Kroatin, welche die Qualifikation gewonnen hatte, am Start. Ich übernahm nach der ersten 5-er Serie gleich die Führung. Fiel dann nach der zweiten 5-er Serie auf den 3. Zwischenrang zurück. In den Einzelschüssen gelang es mir diese Position bis zum Schluss zu verteidigen.

Am zweiten Wettkampftag ging es mit dem Gewehr 50m (Kleinkaliber) an den Start. Dieses Mal waren 24 Athletinnen am Start. Gestartet wird mit dem Kniend-Teil. Dieser begann ich mit 99 Punkten stark, vergab dann aber mit 93 Punkten vertvolle Punkte. Zuletzt resultierten 192 Ringe. Im Liegendteil legte ich eine Aufholjagd auf und schoss mit einer 99 und 100-er Passe 199 Ringe. Zwischenzeitlich lag ich nach diesen beiden Stellungen auf Rang 4.

Im Stehend zeigten sich die Nerven wieder. Mit 91 und 93 Punkten gab es 184 Ringe, was eindeutig zu wenig sind für mich. Zuletzt resultierten 575 Punkten, was Rang 9 bedeutete. Für den Finaleinzug unter die besten acht fehlten lediglich 3 Ringe.

Mit dem Wettkampf bin ich abgesehen vom Stehend-Teil mit dem Gewehr 50m sehr zufrieden. Mit einer Medaille heimzukehren ist immer etwas Schönes.



## SHOOTING MASTERS 3/4

Am Wochenende vom 17. und 18. Mai 2025 fanden in Schwadernau mit dem Gewehr 50m die Shooting Masters 3 und 4 statt. Nach dem Juniorenwettkampf von der Woche zuvor ging ich guten Mutes an den Start.

An beiden Tagen gelang es mir recht gut in den Wettkampf einzusteigen. Sowohl in den Kniend-, wie auch in der Liegend-Stellung vergab ich wenige Punkte. Im Stehendteil vergab ich wie schon oft leider zu viele Punkte. So schaffte ich es an beiden Wettkampftagen nicht in den Final. Beim Shooting Masters 4 vergab ich zwar im Stehend wertvolle Punkte, klassierte mich jedoch noch auf dem 9. Rang. Beim Shooting Masters 5 verliessen mich meine Nerven im Stehend komplett, sodass der Faden komplett riss. Nichts ging mehr. Ich hatte meinen Vorsprung in den ersten zwei Stellungen vergeben und landete auf dem zweitletzten Platz.

Resultate Shooting Masters 3

Kniend/Liegend/Stehend: 198/197/183 Total: (578)

Resultat Shooting Masters 4:

Kniend/Liegend/Stehend: 195/198/165 Total: (558)

Vorerst sind keine weiteren Wettkämpfe angesagt. Die nächsten finden anfangs Juli 2025 statt. Bis dahin werde ich mich auf die Stehend-Stellung mit dem Gewehr 50m konzentrieren und hoffe, dass ich diese Schwäche ausmerzen kann. Ich wünsche euch einen schönen Sommer!

Liebe Grüsse, Eure Larissa 😊