



Sportkamp 2025

Een week vol sport en avontuur

Van 4 tot 8 augustus vond ons jaarlijkse schietkamp plaats in Mechelen en Willebroek. Een sportieve traditie die niet alleen draait om leren schieten, maar ook om plezier, nieuwe vrienden maken en grenzen verleggen.

Maandag – Een veilige start

Op maandag verzamelden de monitoren en deelnemers zich op de schietstand van Mechelen.

Na een uitgebreide kennismaking – met elkaar, het materiaal en de veiligheidsvoorschriften – werd het startschot gegeven. Sommige deelnemers hadden al eerder geschoten, voor anderen was het de eerste keer dat ze een vuurwapen van dichtbij zagen.

Onder de nauwgezette begeleiding van ervaren schutters Luc en Jean kon iedereen snel de basisbeginselen onder de knie krijgen. Er werd gepicknickt op de schietstand, zodat er tijdens deze eerste dag volop tijd was om de sport te ontdekken.

Na het schieten verplaatste de groep zich naar het verblijf. Daar kon iedereen even tot rust komen voordat de actieve kennismakingsspelletjes begonnen. Al snel ontstonden de eerste vriendschappelijke banden.

Na een dag vol sport en activiteit viel het avondmaal bij iedereen in de smaak. Vervolgens kregen de deelnemers de tijd om op hun eigen tempo het verblijfsdomein te verkennen. Tijdens een speurtocht rond het meer konden de groepjes hun laatste restjes energie kwijt.



Dinsdag – Schieten, kajakken en krachttraining

De volgende dag mochten de deelnemers al vroeg opnieuw de vuurwapens ter hand nemen.

Aangezien iedereen de basisprincipes intussen onder de knie had, kon er gefocust worden op het verfijnen van de techniek. De trainers gingen bij elke deelnemer individueel langs om houdingen te corrigeren en tips te geven. De nadruk lag vooral op het groeperen van de schoten.

De vooruitgang was meteen zichtbaar. Toen de groep rond de middag terugkeerde naar het verblijf voor een welverdiend middagmaal, straalden ze van trots.

Na het eten stond er een leuke, sportieve activiteit op het programma: kajakken! Het domein van Willebroek is immers een echt watersportparadijs. Samen met een ervaren lesgever trokken de deelnemers het water op.

De stevige wind zorgde voor flinke golven, waardoor het soms een uitdaging was om in de kajak te blijven zitten. Het werd een avontuurlijke en intensieve ervaring. Na drie uur op het water zat iedereen er helemaal door, en werden de kajaks weer aan wal gebracht.



Na een verfrissende douche konden de deelnemers hun energie aanvullen met een stevig avondmaal. Met hernieuwde kracht trokken ze daarna naar de fitnessruimte voor een sessie krachttraining. De oefeningen focusten op enkel- en heupstabiliteit en op spiergroepen die belangrijk zijn voor het schieten.

Als afsluiter van deze actieve dag volgde nog een initiatie in zelfverdediging – zowel ongewapend als tegen messen. Na zo'n intensieve dag viel iedereen al snel als een blok in slaap.



Woensdag – Spel, sport en schotprecisie

Woensdag begon met een flinke dosis goede moed — en een gezonde portie spierpijn.

Na een stevig ontbijt en een verkwikkende stretchsessie werd de schiettraining hervat. De dag startte met een herhaling van de correcte schiethouding. Kleine foutjes werden opgespoord en zorgvuldig weggewerkt.

Na een smakelijke picknick op de schietstand was het tijd voor een reeks leuke schietspelletjes. De combinatie van plezier en precisie zorgde voor een ontspannen, maar leerrijke namiddag.

Eens terug op het verblijf verzamelden de jonge schutters voor een verfrissend en actief bosspel. Met waterpistooltjes en spelkaarten werd het verblijf in een gigantisch stratego spelbord veranderd. Na het avondmaal werd de dag afgesloten met een spannend pingpongtoernooi.



Donderdag – Zeilen en filmavond

Op donderdagochtend was de fysieke tol van de voorbije dagen bij iedereen voelbaar. Toch bleef het enthousiasme voor de schiettrainingen aanwezig. Die dag werd er geoefend met behulp van speciale schietkaarten, elk ontworpen om een specifiek aspect van het schieten te verbeteren. De focus lag voornamelijk op het zijwaarts centreren van de schoten, gevolgd door het verbeteren van de hoogteprecisie.

's Middags werd het middagmaal opnieuw in Willebroek genuttigd. Die broodnodige energie was welkom voor de volgende activiteit: zeilen! Om de boten te bereiken, werd iedereen per vlot naar de overkant van het meer gebracht. Daar kregen de deelnemers een uitgebreide uitleg over de werking van de boten, waarna ze samen met een begeleider de vaartuigen vaarklaar maakten.



Vervolgens was het tijd om het meer op te gaan. De wind was aan het vertrekpunt relatief rustig, waardoor iedereen op zijn gemak kon wennen aan het stuursysteem. Al snel waren de boten volop in beweging over het water. De activiteit werd als zeer leuk, maar ook vermoeiend ervaren. Na het aanleggen en opruimen van de boten en het materiaal, had iedereen de kans zich op te frissen, om vervolgens aan te schuiven voor het avondmaal.

De actieve dag werd 's avonds op ontspannen wijze afgesloten met een filmavond. Een leslokaal werd omgetoverd tot een heuse bioscoop, compleet met snacks en frisdrank. Een rustige afsluiter van een vermoeiende, maar geslaagde dag.



Vrijdag – Competitiedag en afscheid

Vrijdag was de laatste dag van het schietkamp. De deelnemers moesten daarom extra vroeg opstaan om hun kamers op te ruimen vóór het ontbijt. Aangezien het de laatste schietles van de week was, was iedereen vastberaden om het beste van zichzelf te laten zien, en dat deden ze ook! De dag begon met schietspelletjes als opwarming: bowlen, zeeslag, vier op een rij... Daarna was het tijd voor het echte werk: een competitie om te tonen wat ze tijdens de week hadden geleerd.

Bij de prijsuitreiking werden vier categorieën onderscheiden: pistoolschieten, karabijschieten, de combinatie van beide, en de vooruitgang die ze hadden geboekt sinds maandag.



Na het middagmaal in het verblijf ging de competitieve sfeer verder. Er werden verschillende kleine wedstrijdjes georganiseerd om elkaar ook op sportief vlak uit te dagen. Nog één laatste keer werd het onderste uit de kan gehaald, voor de jonge schutters helaas weer naar huis moesten vertrekken.

Het enige waar bij vertrek over gesproken werd? Het kamp van volgend jaar, natuurlijk!

Na zo'n week vol sport, plezier en nieuwe vriendschappen kijken we nu al uit naar het sportkamp van 2026. De vraag is altijd groot, dus wil je erbij zijn? Stuur een mailtje naar stcteam@sportschieten.be om op onze intresselijst te komen! Wie op de lijst staat, krijgt als eerste toegang tot de inschrijvingen – mis de start niet!

Met dank aan onze medewerkers sportkamp: Carolien, Dirk, Michelle, Luc en Jean!