



Fler chefer söker sig till skjutbanan

”En form av mental träning”





Det är avkopplade, kallas för en blandning av yoga och gymträning och går numera att dra av på skatten. På The Target i Västberga söder om Stockholm kan du prova på ett oväntat knep för återhämtning: Pistolskytte. – När man skjuter krävs ett stort fokus på det man gör här och nu. Det är väldigt meditativt och passar alla, säger den svenska OS-medaljören Ragnar Skanåker.

Det är söndag, klockan är strax innan åtta på morgonen och det är fortfarande beckmörkt ute. 16 av de 18 skjutbanorna på The Target i Västberga är redan intagna av skyttar som har en hand i byxfickan och håller pistolen i den andra. Koncentrationen är hög och känns hela vägen till andra sidan glaset, där vi åskådare sitter. Som på en given signal höjer de sakta sina vapen, ser ut att sikta en bit över måltavlan och sänker sedan sina pistoler en aning innan skotten börjar smattra.

The Target är en modern och unik skjutaneläggning som drivs av tvillingarna Björn och Lars Nyberg. Det finns 18 stycken 25-metersbanor där både privatpersoner och företag kan prova på att skjuta allt från pistol till revolver till vardags, men just i dag har Ekens PSF en tävling i precisionsskytte på plats. Här tävlar bland andra Ragnar Skanåker, den flerfaldiga OS-medaljören som till vardags syns till på skjutbanorna i Skåne men nu har tagit sig till Stockholm.

– Det är en bra skjutbana som The Target har, det är skönt att tävla inomhus och slippa tänka på vind eller kalla fingrar så här års, säger han.

En miljövänlig anläggning

Skjutbanan i Västberga är helt miljövänlig, byggd med avancerade ventilationsanläggningar som suger ut krutgaserna vid varje skjutplats. Allt inom verksamheten återvinns och dessutom anpassas luftomsättningen efter verksamheten; går den för fullt byts luften ut och filtreras hela 22 gånger i timmen.

När Ragnar Skanåker har skjutit klart för dagen slår han sig ner och berättar om sina år som pilot i Kongo på sextioalet, sin tid i den olympiska kommittén i USA och sitt berömda OS-guld i München -72. Han är ett stort namn i branschen och sitter i dag som ordförande i Sveriges Vapenägares Förbund. Han menar att alla kan bli bra på att skjuta – om man har rätt fokus, bra fysik och förstås motivationen att lyckas.
– Många tror att skytte handlar om att hålla i ett vapen och avfyra skott, men det behövs mycket mer än så. När man skjuter krävs ett stort fokus på det man gör här och nu. Det är väldigt meditativt och passar alla, oavsett om man vill göra det för avslappningens skull eller för att bli bäst.

”Anpassar utbildningen efter dig”

Trots att allt fler får upp ögonen för sporten är skyttevärlden fortfarande ganska sluten, vilket gör att många kommer till The Target för att få den kunskap som ofta behövs för att få in en fot. Enligt Thomas Amnebring som är platschef på The Target beror klubbens framgång främst på att anläggningen arbetar kommersiellt. Det gör att de kan ha anställda instruktörer som tar sig tid att anpassa utbildningen efter individen och lära personen sporten rätt från grunden. Han berättar att

man inte bara får lära sig att skjuta olika typer av vapen på ett bra och säkert sätt på The Target, utan att de även ser till att deras medlemmar lär sig vad som gäller kring vapen och licenser ur ett rättsligt perspektiv.

”*Vår ambition är att göra skytte mer lättillgängligt och modernt.*”

Sedan ett par år tillbaka har det blivit allt vanligare bland chefer att börja ägna sig åt skytte. Thomas tror också att intresset baserar sig i det meditativa med sporten; möjligheten att släppa alla tankar på jobbet och fokusera på vapnet och måltavlan.

– Många beskriver skytte som rekreation, en mix mellan yoga och gymträning. Många som är anställda i ledarpositioner har stora krav på sig och behöver ha mycket i huvudet på samma gång, det är något som kan vara svårt att släppa efter jobbet. Efter en timme på skjutbanan säger de att de har fått tillbaka sin energi.

För att göra steget in i sporten mindre har The Target startat en exklusiv medlemsklubb, ”The Target Member Club”. Genom att sätta ett medlemstak på högst 500 personer vänder de sig till just ledare som är mitt uppe i karriären och vill hitta ett bra komplement till sin vanliga träning. Sedan en kort tid tillbaka är det även möjligt att använda sitt friskvårdsbidrag hos skytteklubbar, vilket förmodligen kommer att göra klivet in i sporten ännu mindre.

– Vår ambition är att göra skytte mer lättillgängligt och modernt, samtidigt som vi vill erbjuda en stor kunskap till ett billigare pris. Vi har fått ett enormt gensvar på vår medlemsklubb hittills och vi ser fram emot att välkomna fler medlemmar 2018.



Välkommen till vår moderna skjutaneläggning med 18 parallella 25-meters banor. Banan är godkänd för pistol och revolver upp till kaliber .50AE (12,7 mm), samt gevär och k-pist 9 mm.

Bokningar: Telefontider:
08-726 96 00 Mån-Fre: 12-16
 Lör-Sön: 10-17

Eller mejla på: info@thetarget.se

Alla aktiviteter bokas i förväg. För bokning och önskemål om övriga tider kontakta oss här eller på telefon.

