

Kursaufbau

Dieses Grundlagentraining ist für Anfänger als auch bereits erfahrene Schützen konzipiert, die die notwendigen Grundfertigkeiten erlernen oder vertiefen und ihre Schießleistung dadurch dauerhaft verbessern möchten.

Trainingsziel ist der sichere Umgang mit Schusswaffen, verschiedene Anschlagsarten, der Bewegungsablauf vom Anheben der Waffe bis zur sauberen Schussauslösung, unterstützende Atmung, richtiges Visieren und gefühlvolles Abziehen.

Im weiterführenden Kurs werden die Themen des Grundkurses vertieft und verfeinert. Außerdem wird der Komplex des Schießens von den verschiedenen Zeitserien in der Praxis angewendet. Hier geht es darum schnell und trotzdem präzise zu schießen und über die Erarbeitung eines eigenen Schießrhythmus, die Wettkampfzeit optimal nutzen zu können.

Dauer: 1 Tag (ca. 8 Stunden)

Am Ende es Kurses erhält jeder Teilnehmer ein Handout.

Da beide Kurse aufeinander aufbauen ist die Teilnahme am Kurs 1 zwingend notwendig.

Lenrinhalte:

- Waffe und Ausrüstung, welche Disziplin passt zu mir?
- Grundsätze des Präzisionsschießens

Technischer Aufbau:

- Richtiger Anschlag
- Waffenführung und Atmung
- Visieren / Abziehen
- Schießrhythmus
- Psyche/Taktik
- Fehleranalyse

Aufbau-Kurs erweitert um:

Vertiefung Technik Präzisionsschießen

Schussbildauswertung

Schießstellung Technik beim Zeitserienschießen

Schnelle Zielerfassung und saubere Schussauslösung trotz Zeitdruck

Schießrhythmen bei den verschiedenen Zeitserien

Psyche/Taktik

Ausrüstung: *(bei beiden Kursen gleich)*

Nach Möglichkeit Pistole und Revolver (Waffen können auf Wunsch auch gestellt werden)

Ca. 100 Schuss pro Waffe

Gehörschutz, Schießbrille bzw. Schutzbrille, Spektiv, Stativ