

# „BASICS“ Liegend

## Nullpunkt

Feststellen  
Korrigieren  
Kontrollieren

## Atmung

Exakte Atemlinie in schmalen Band

## Anschlag aufbauen

Ohne Waffe  
Mit Waffe

## Exakter Übergang zum Zielen

Letzter Atemzug flacher  
Landung exakt in der 10

## Abziehen -

Druck verstärken bis Schuss bricht

## Nachzielen

Springen beobachten

## 10 Min. Trocken

Anschlag aufbauen,  
ausrichten, korrigieren

## Übungen Liegend

10 Schuss ohne Beob.

Atmung/Übergang

2x5 Schuß o. Beob.

Atmung/Zielaufn.

10 Schuß trocken -

10 Schuß scharf im Wechsel o. Beob.

Abziehen