

Technikschwerpunkte für die Wettkampfzeit

Liegend

**Exakte Atemlinie – flacher letzter Atemzug
Weicher exakter Übergang Atmen – Zielen
Zügiges Druckverstärken**

Stehend

**Lange Vorbereitung d. Schußes – kurze Zielzeit
Gleichmäßige Zielaufnahme
Li. Stützarm entspannen
Konsequent absetzen**

Kniend

**Äußerer Anschlag – Sitz auf d. Rolle, Riemenzug
Innerer Anschlag – Bauch, Rücken, Re. Schulter/Li. Arm entspannen
Gewichtsverteilung
Gleichmäßige Zielannahme**

Luftgewehr: Korn bleibt beim Abziehen stehen.