

Aufbauanleitung für den Liegend- Anschlag

(für Rechtsschützen)

1. Anschlag aufbauen ohne Waffe:

- a) Linker Ellbogen setzen (nicht zu weit nach vorne)
- b) Körperlage finden. (Jacke nach unten ziehen und darauf legen)
- c) Rechter Ellbogen setzen und Anschlag simulieren. (Grobvisierung durch die Gabel der li. Hand; ev. Korrektur)
- d) Feinjustierung des Beobachtungsglases

2. Waffe dazunehmen:

- a) Riemenverlauf an der linken Hand prüfen
- b) Riemen am Oberarm zurechtrücken, damit er exakt von hinten zieht
- c) Lläuft der Schaft über den Daumenballen d. linken Hand?

3. In Anschlag gehen: (ohne Blick durchs Diopter)

- a) Einsetzen an der Schulter: Nahe am Hals + vollständiger Kontakt zur Schaftkappe
- b) Linker Arm entspannen; Riemen alleine hält die Waffe.
- c) Rechte Schulter und Ellbogen weit nach vorne bringen
- d) Rechte Hand faßt den Pistolengriff (nicht zu locker)
- e) Entspannte Kopfhaltung so, daß das Auge exakt in der Visierlinie liegt? Druck auf Schaftbacke gleichmäßig?
- f) Augenabstand zum Diopter prüfen!
- e) Innerer Anschlag überprüfen:
 - Druck in Schulter und Hand etwa gleich?
 - Zieht der Anschlag nach einer Seite?
 - Stabilität des Anschlages? Korrektur mit Riemenhalter und Riemen
 - Sichereres und stabiles Gefühl im Anschlag?

4. Anschlag auf die Scheibe ausrichten: (jetzt erstmals Blick durch Diopter)

- a) Aktueller Nullpunkt feststellen. Wo?
- b) Re. Hand löst den Griff wenige mm => Nullpunkt darf sich nicht ändern.
- c) Grobkorrektur seitl. durch Körperschräglage
- d) Grobkorrektur Höhe durch Vor- oder Zurückziehen des Oberkörpers bzw. durch Verstellen der Schaftkappe.
- e) Feinkorrektur mit re. Ellbogen, bzw. über Restluftvolumen

5. Nullpunktkontrolle und optimaler Schußablauf:

- bei jedem Anschlag unbedingt notwendig. Position des rechten Ellbogens muß mit größter Sorgfalt gewählt werden, da hiermit der Nullpunkt festgelegt wird. Selbst geringe Korrekturspannungen sind fatal!!!
- In Anschlag gehen => Atmung => Kontrolle Muskelspannung => Blick durch Diopter und Kornbewegung beob. => Feinkorrektur falls nötig => Atmung wird flacher => nicht mehr atmen => Zielen, Druck verstärken => Schußabgabe => Springen der Waffe beobachten!!!