

Bettensee Nachwuchs-Schützen „1 mal 1“

Kursdaten & Abmeldung bei Krankheit

Die Trainings-Daten sind auf dem Jahresprogramm aufgeführt:
siehe www.bettenseenachwuchs.ch

Bei Abwesenheit frühzeitig bei Heiri Ganz oder per Kontakt-Formular
auf der Homepage abmelden:

Tel. / SMS: +41 79 423 34 42

Ziel des Kurses

Erlernen des sportlichen Schiessen: Präzisionsschiessen

Schiessprogramm besteht unter anderem aus

- Jungschützen-Programm / Div. Trainings
- Feldschiessen
- Bundesübung (Obli)
- Nachwuchs Gruppenmeisterschaft
- Wettschiessen am Kt. Jungschützentag
- 1. Augustschiessen
- Bezirksschiessen
- Endschiessen

Schiesstechnik Grundlagen:

Schiesstellung (liegend)

Sportgewehr (Standardgewehr / Stgw):)

Leicht versetzt (schräg) zum Gewehr



Ordonnanzgewehr (Sturmgewehr 90 / Stgw90):

Gerade hinter dem Gewehr



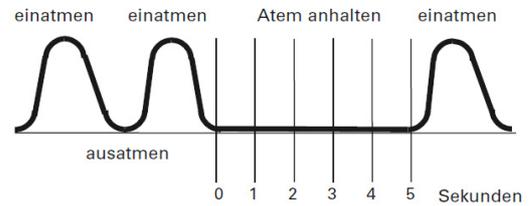
Nullstellungskontrolle

Ohne richtige Stellung, Präzisionsschiessen unmöglich -> Darum
Nullstellungskontrolle immer ausführen:

1. Stellung einnehmen -> Zielen -> In Mitte Zielscheibe
2. Alle Muskeln vollkommen entspannen (tief ein- und ausatmen)
3. Augen schliessen für 5 Sekunden
4. Mit dem Gewehr ein wenig hin und her «wackeln»
5. Augen öffnen -> Immer noch in Mitte Zielscheibe?
6. JA => Stellung okay => Starten mit Schiessen & Stellung nicht mehr verändern
7. NEIN => Stellung korrigieren und mit 2. fortfahren bis die Schiess-Stellung stimmt

Atemtechnik

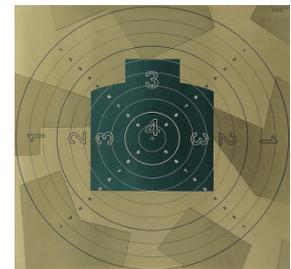
1. In den «Bauch» atmen, nicht oberflächlich
2. Beim Ausatmen wird die Luft angehalten
3. Maximal 4-5 Sekunden; Innerhalb dieser Zeit wird geschossen
4. Wenn nicht geschossen wurde; mehrmals tief Einatmen und von vorne Beginnen



Zielen / Zielscheiben 300 m

A – Scheibe

B – Scheibe



Wertungen:

A5 0..5
A10 0..10
A100 0..100

Wertungen:

B5 0..4
B10 0..10

Abmessungen A-Scheibe: 150 x 165 cm / Kreis 100 cm / Schwarzer Kreis 60 cm / Abstand zwischen Linien 5cm

Zielbild

Ordonnanzgewehr mit
Blockkorn

Sportgewehr mit
Ringkorn



Abzugstechnik

- Abzugshebel mittig Zeigefinger
- Pistolengriff wird gut festgehalten

Ablauf beim Schiessen

1. Druckpunkt finden
2. Drücken bis zum Abzugsanschlag
3. Nachhalten: Halten des Abzugs



Alle Elemente vereint

STELLUNG IMMER GLEICH	ZIELEN	ATEMECHNIK	ABZUGSTECHNIK
	1. Stellung finden		
	2. Nullstellungs-Kontrolle durchführen		
	3.	tief einatmen / ausatmen	
	4. Zielen	Einatmen / ausatmen	
	5. Zielen	Luft anhalten	Druckpunkt finden
	6. Zielen	Luft anhalten	Drücken bis Anschlag
	7. Zielen	Luft anhalten	Nachhalten
	8.	Einatmen / ausatmen	

SCHUSS ANALYSIEREN | FEHLER KORRIGIEREN

Die vier Sicherheitsregeln

- Die Waffe ist immer als geladen zu betrachten!
- Waffe nicht auf etwas richten, was man nicht Treffen will!
- Seines Zieles sicher sein!
- Ausser beim Zielen ist der Finger nie am Abzug!

Persönliche Sicherheits-Kontrolle (PSK)

- Verschluss 2 cm öffnen und Patronenlager kontrollieren:
Keine Patrone
- Magazin kontrollieren -> Nicht eingesetzt

Anwendung:

- Wenn man unsicher ist ob die Waffe geladen ist
- In jedem Fall wenn Verschluss der Waffe zu ist

Verantwortung beim Schiessen

- Jeder ist für seinen Schuss UND DIE FOLGEN selber verantwortlich!
- Wer Menschen oder Tiere im Schussfeld sieht, stellt das Schiessen SOFORT ein!

Sicherheitsstellung (Tragen des Gewehrs)

- Waffe am Pistolengriff halten
- Handschutz an der starken Schulter angelehnt
- Lauf nach oben gerichtet
- Magazin nicht eingesetzt



Vorschriften

Munitionsbefehl:

Es ist verboten volle Patronen nach Hause mitzunehmen!

Aufbewahrung Sportwaffe (Stagw & Stgw90):

Die Sportwaffe und das Zubehör bleiben im Schiessstand, es werden keine Waffen abgegeben!

Ausgabe von Munition:

Die Munition wird ausschliesslich vom einem Leiter abgegeben. Keine Selbstbedienung!

Nachwuchsschützen ist es untersagt, selber Munition zu kaufen.

Verhalten vor und im Schiessstand

Vor dem betreten des Schiessstandes:

- Verschluss ist offen
- Magazin nicht eingesetzt
- Waffe ist gesichert
- Der Kolben ist ausgeklappt
- Gehörschützer aufgesetzt



Im Schiessstand:

- Gewehr wird im Gewehrrechen deponiert

Vorbereitung:

- Gewehr Ausstossen und Laufkontrolle durchführen
-> Danach Gewehr wieder im Gewehrrechen abgestellt
- Magazin vorbereiten (Ordonnanzgewehr)

Programm schiessen:

- Erst kurz vor dem Schiessen wird das Gewehr vom Gewehrrechen auf den Läger genommen (Sicherheitsstellung)
- Schiessstellung einnehmen auf dem Läger. Auf dem Läger, und nur dort, werden Mutationen (Magazin einsetzen, laden, entsichern, schiessen, sichern und entladen) an der Waffe ausgeführt.

Programm Abschluss oder Unterbruch (bevor dem Aufstehen):

- Verschluss offen und keine Patrone mehr im Patronenlager
- Magazin leer und nicht eingesetzt
- Waffe gesichert

=> ERST DANN AUFSTEHEN!

- Nach dem Schiessen Gewehr wieder in Gewehrrechen stellen

Versicherung

Schützen und Besucher sind automatisch beim Betreten des Schiessstandes versichert!

Bei der Unfallversicherung

Schweizerischer Schützenvereine

Genauerer siehe: www.uss-versicherungen.ch



Prävention vor Gehörschäden

Du hast nur ein Gehör: Schütze es!

Der Schalengehörschutz ist obligatorisch.

Beim Kauf auf SNR grösser als 27 dB achten.



Weitere Informationen und Unterlagen

Siehe www.bettenseenachwuchs.ch

Oder im Heftchen „Ausbildungsgrundlagen für Jungschützen“