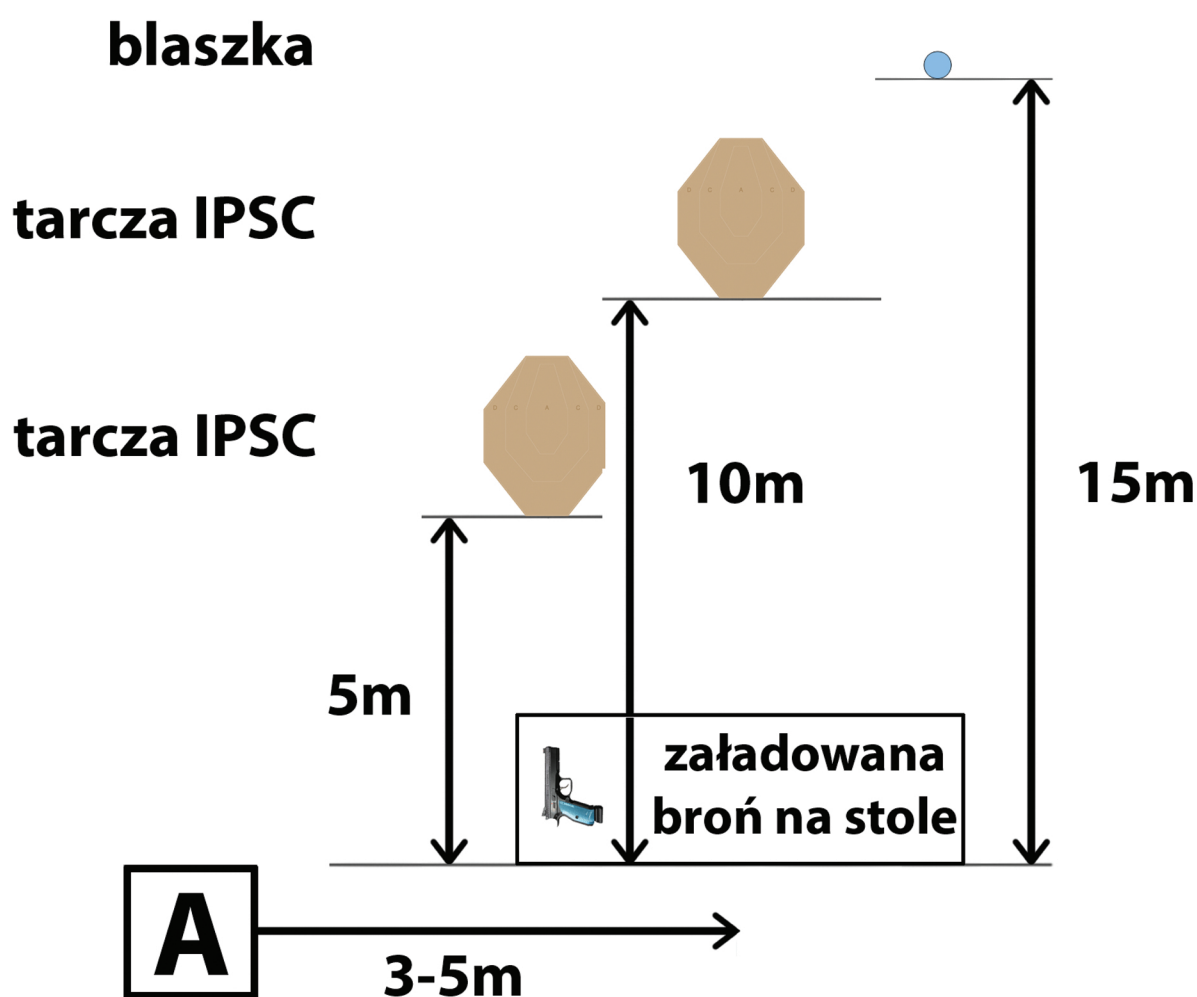


ĆWICZENIE NA DZIŚ



Start z boxu A, broń załadowana na stoliku. Po sygnale startowym dobiegamy do stolika (tutaj mamy pole do "urywania" czasu), podnosimy broń i ostrzeliwujemy cele:

1. tarcza na 5m
2. tarcza na 10m
3. blaszka na 15m

Ćwiczenie wykonujemy z prawej i lewej strony. Jeżeli chcemy sobie utrudnić to zaczynamy np. z pustą komorą lub bronią rozładowaną. Pistolet podnosimy obiema rękami. Staramy się o jak najszybszy pierwszy strzał i komplet punktów na tarczach.

Jeżeli dalej jest zbyt łatwo to dodamy jeszcze po strzale do blaszki wyjście z pozycji.

Powodzenia!