

Schuß-Training

Merksatz: Eine Kugel hoch und/oder weit zu Schießen ist keine Frage der Kraft, sondern des möglichst weiträumigen Armschwungs!

Präzisionsübung

Übungsbeschreibung:

Grobziel: Au fer (die hintere schwarze Kugel **muß** aus dem Kreis befördert werden, egal was mit der Schußkugel geschieht = 1 Punkt);

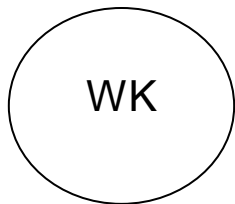
Feinziel: Carreau (w.o., jedoch **muß** die Schußkugel innerhalb des Kreises liegenbleiben = 2 Punkte);

Feinstziel: Rétro (w.o., zudem **muß** der Rückläufer die vordere schwarze Kugel aus dem Punktbereich bewegen = 3 Punkte);

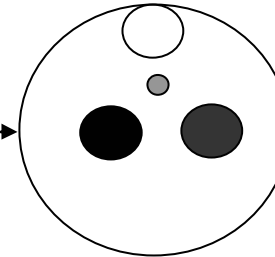
Spezialistenziel: Rétro sur place (wie Feinstziel, zudem **muß** die Schußkugel innerhalb des Kreises den zweiten Punkt machen = 4 Punkte);

Geschossen wird in der Reihenfolge der o.a. Aufgabenstellungen; jede Aufgabe ist nur erfüllt, wenn das Geforderte geschehen ist.

Jede Aufgabenstellung wird im Wettkampfcharakter gespielt: wer zuerst 13 Punkte



7 m



Kreis-
Durchmesser:
1,50 m

PS: Die Distanz zwischen Sau und allen Kugeln beträgt 20 cm
Die Distanz zwischen den schwarzen Kugeln beträgt 20 cm

Lernziel:

Lerninhalte:

Durchführung: