

Børneskydestillingen indendørs

Tekst og foto; Tommy S. Haun, Bjarne Laursen · Model; Bjarne Pedersen
Linksskytter skal læse ordet højre som venstre.

Denne skydestilling kan anvendes af alle børneskytter på indendørs baner.

Børneskydestillingen indendørs på 15 meter kan også være god til helt nye pistolskytter som aldrig har prøvet at skyde før. Der er ingen tvivl om, at det er svært at holde en pistol stille, og det kan hurtigt skræmme nye medlemmer væk, hvis det bliver for svært fra starten.

Udstyret

Det vigtigste udstyr man skal have for at kunne indtage en grundstilling, er en håndstøttepude der er lavet af skumgummi, og som overholder de mål som står i Skyttebogen.

Puden kan købes hos forskellige forhandlere af skytteudstyr i Danmark.

Puden placeres så den største skrående del vender ind mod skytten og den lille skrå side vender ud mod skiven.

Grundstillingen

For at kunne indtage den korrekte skydestilling, skal man stå med front mod skiven, med let spredte ben, ca. en skuldrebredde imellem dem.

Fødderne skal stå naturligt, de må ikke drejes indad eller udad, så man kommer til at spænde i benene og knæene.

Knæene må IKKE være overstrakte, kun strakte. Hvis man overstrækker dem når de falder tilbage og låser fast, vil man kunne mærke i knæene ved længere tids skydning, at de bliver ømme når man er færdige med at skyde. Der skal være ligevægt på begge ben.

Ved grovindstillingen, stiller man sig op bagved støttepuden, det skal være sådan, at man kan se skiven midt over puden. Hvis ikke så flyt fødderne enten til den ene eller anden side til det passer. Højden skal afpasses efter håndstøttepuden

og hvor skiven sidder. Der skal være en lige linje fra



skuldrene ud gennem overarme / underarme når de ligger på puden, når man ser på selve skiven. Tilpas højden ved enten at justere bordet i højden eller brug skamler/plader under håndstøttepuden.

Ryggen skal bøjes let bagover så man får balance i kroppen. I første omgang kan man nøjes med se ud over vristen mellem tommelfingeren og pegefingeren, det er der pistolens sigtemidler er. Kontrollere når man ser ud over hånden, at det sorte på

skiven står lige nøjagtigt over hånden, der hvor der dannes et V når man spreder tommelfingeren og de øvrige fingre.

Lig armene op på puden og grovindret skydestillingen ved at se hen over hænderne.

Håndfatning

Når man skal have fat i pistolen, skal man tage ved pistolen med venstre hånd omkring piben, (husk, piben/- munden skal ALTID vende ud mod skiven), placer den ind i håndroden på højre hånd.

Højrehånds fingre skal være spredte og der skal danne sig et V imellem højrehånds tommelfinger og pegefinger.

Pistolskæftet skal presses let ind i håndroden og samtidigt skal tommelfingeren lukke sig omkring skæftet.

Pegefingeren skal ligge langs piben og ikke berøre aftrækkeren. Nu ligger man først lillefinger, ringfinger og langfinger ind på skæftet og lukker de tre finger omkring skæftet.

Hvis der er håndbal støtte på pistolen, skal der være et let pres fra den og op på håndballen. Grebet må ikke være for løst, men heller ikke for stram, faktisk kun som når man har fat i et cykelstyr.

Tommelfingeren skal ligge naturligt rundt om skæftet, hvis det er en nyere pistol er der som regel en udskæring kaldet tommelfingerhylden hvor man kan ligge tommelfingeren på.

Venstrehånds lillefinger skal lægges op under håndbalstøtten eller under højre hånds lillefinger. De øvrige fingre skal ligge uden på højre hånds fingre. Pas på, at fingrene ikke kommer til at røre aftrækkerfingeren, den skal have fri vandrings.

Venstrehånds tommelfinger skal ligge langs pistolen, lige under højrehånds tommelfinger eller under tommelfingerhylden, hvis det findes på pistolen.



Tag ved pistolen med højre hånd og spred tommelfingeren ud, så den danner et stort V over til de andre fingre .



Før pistolen ind i V'et, og lad tommelfingeren følge skæftet rundt og placer en på tommelfingerhylden



Lad aftrækkerfingeren følge piben, og placer lille-, ring- og langfinger omkring skæftet med et let pres.



Kontroller at håndbalstøtten presser let mod undersiden af hånden og lillefingeren.

Underarmenesstilling

Når man ligger underarmene op på håndstøttepuden, skal de placeres på den største skrående del ind mod sig selv. Venstre håndled skal ligge i knækket imellem de to skrå dele, men pistolens skæfte må ikke berøre selve puden. Armene skal være let bøjet, så underarmene følger den skrå del på håndstøttepuden automatisk.

Kontrol af stillingen

Når man ser ud gennem sigtemidlerne, skal man kunne se den sorte plet over sigtemidlerne, hvis det ikke passer, så flyt på fødderne enten til den ene eller anden side efter hvordan du sigter. Hvis pletten står for højt eller lavt, så juster bordet i højden så det passer, eller brug plader til at justere højden med. Du kan kontrollere stillingen igen ved at sigte på skiven i skydestilling, se væk fra skiven i 3-4 sekunder, se derefter igen på skiven, hvor står pletten nu? Hvis det stadig er galt, skal man rette fødderne og højden ind efter hvor man sigter.



Placer højre arm på puden og begynd at grovsigte, samtidig med Klem let om pistolen med venstre hånd og at man placere venstre hånds fingre omkring højre hånds fingre fingre, man må ikke spænde for meget, kun støtte.



Skydestillingen set fra højre, og fra oven. En skuldrebredde mellem fødderne, strakte ben, men ikke overstrakte. Let bøjede arme i albuerne, så underarmen flugter naturligt med den skrå del på pudden.

CHECKLISTE

1. En skuldrebredde mellem fødderne, vinkelret mod skudretningen.
2. Strakte ben, men ikke overstrakte da det ødelægger knæene.
3. Fødderne skal stå afslappet og naturligt.
4. Ret håndstøttepuden ind efter skiven, så skiven står midt over den.
5. Kontroller placeringen af håndstøttepuden i både siden og højden, ved at se ud over vristen og V'et mellem tommelfingeren og pegefingern på højrehånd.
6. Placer pistolen ind i højrehånds håndrod
7. Højrehånds tommelfinger skal ligge naturligt om skæftet på tommelfingerhylde, og pegefingern hen langs med pistolen, den må ikke berøre aftrækkeren endnu
8. Håndballen skal presse let op mod højrehånd.
9. Højrehånds lillefinger, ringfinger, langfinger fatter omkring pistolgrebet.
10. Venstre hånds fingre placeres oven på højrehånds fingre
11. Underarmene placeres på den store skrå del ind mod skytten.
12. Venstre håndled skal ligge i knækket på puden.

13. Se væk fra skiven i 3-4 sekunder og se efter hvor pletten er nu.
14. Slap af i alle muskelgrupper