

Skydningens grundelementer

Afgivelse af et godt skud kan deles op i følgende "grundelementer":

- håndfatning
- skydestilling
- sigte
- åndedræt
- aftræk

Disse fem grundelementer går alle på skytten og skyttens teknik, men der er også andre ting eller grundelementer, der har indflydelse på, om det bliver et godt skud nemlig:

- lys
- vind
- afstand
- skyttens psyke
- skyttens træningstilstand

Lad os først se på håndfatningen.

Håndfatning

Pistolen skal ligge godt i din hånd, dvs. at skæftet skal passe godt ind i din hånd. Der skal være så stor kontakt mellem hånd og skæfte som muligt, når du holder fast om skæftet. Skæftets vinkel skal passe til dig, så du ikke skal foretage korrektioner for at finde sigtemidlerne.

Skydestilling

En skydestilling skal opfylde følgende krav:

1. Størst mulig balance og stabilitet ved hjælp af mindst mulig muskelkraft

Det vil sige, at din skydestilling skal være sådan, at du føler den bekvem og afslappet, og at du kan holde våbnet rolig.

Du vil ofte høre skytter forsvare en uhensigtsmæssig skydestilling med ordene, at skydestilling er noget individuelt. Det er også rigtig, men det individuelle går kun på nogle småting. Selve grundstillingen bør være som beskrevet i afsnittet "Skydestilling".

Du må ikke give slip på grundstillingen, fordi det gør ondt et eller andet sted, men sige til dig selv, at det skyldes, at din krop ikke er vant til denne stilling eller at du p.g.a. anden virksomhed (anden for sport eller arbejde) har udviklet korte muskler eller muskelspændinger.

2. System krop/våben skal pege naturligt mod målet

Det vil sige, at du skal kunne holde våbnet - med sigtet på den sorte plet - og være fuldstændig afslappet i alle de store muskelgrupper. Selv om du holder øjnene lukket i nogen tid, vil du stadig holde sigtet på skiven, når du igen åbner øjnene.

3. Hovedet skal være sigtevenlig

Det vil sige, at du skal holde våbnet med korrekt sigte på en sådan måde, at hovedet ikke lægges ned til siden. Øjnene skal sidde i øjenhulerne på samme måde som ved normal udsyn. Du må ikke skele eller skule.

Sigte

Korrekt sigte skal opfylde følgende krav:

- du må maksimalt sigte i 3 - 5 sek.
- kærven skal have så stor en åbning, at du hurtigt opfatter sigtefejl
- kærven skal være så snæver, at sigtefejl undgås.

Åndedræt

Åndedrættet spiller en stor rolle under afgivelse af et skud. Du må ikke forsøge at stoppe vejtrækningen, når du begynder at sigte, men tværtimod forsøge "at trække vejret med maven" under hele processen.

Aftræk

Aftrækket skal foretages i et sammenspil mellem åndedræt og sigte. Du skal turde lægge så megen vægt på aftrækkeren, at der kun mangler nogle få gram, inden skuddet går, når du begynder sigtet. Når sigtet så er på vej indad mod 10-eren, skal du lægge de sidste få gram på aftrækkeren, og skuddet går.

Lys

Lys har stor indflydelse på skytten og skuddets placering. Stærk sollys kan genere skytten i at udføre korrekt sigte, ligesom meget svagt lys kan gøre det. Skyttens opfattelse af korrekt sigte forandres med lysets forandring. Det vil sige, at skytten under en skydning må tage hensyn til om lyset forandres. Du må altså lære, hvordan du tackler de forskellige lysforhold, du kommer ud for, gennem en erfaringsindsamling i dine notater.

Vind

Ligesom lyset kan forandres under en skydning, forandrer vinden sig.

Vinden er aldrig helt konstant. Den svinger hele tiden lidt i siden og ikke mindst i styrke. Heldigvis betyder vinden kun lidt under kuglens vej fra pistol til skive, men påvirkningen af skytten kan være stor. Du må derfor lære at læse vinden og kun skyde under samme betingelser. Under duel og hurtigskydning kan det ikke lade sig gøre.

Afstand

Når du skyder baneskydning, har afstanden ikke nogen egentlig indflydelse på din skydning. Våbnet og ammunitionen er afpasset til afstanden under indskydningen. Men på terrænskydning må du lære at vurdere afstanden. En fejlbedømming af afstanden ude omkring 70m - 90m kan betyde forskel på træffere og forbiere. Derfor er kendskab til afstandsbedømmelse, ammunition og ballistik nogle af forudsætningerne for høje resultater på terrænskydning.

Skyttens psyke

For at blive en vinder, må du have den rigtige psyke. Du skal være indstillet på at vinde. Du skal skyde offensivt. Nogle er født med disse gode egenskaber det er de færreste - andre må tilegne sig dem. Nogle dage har du gejsten andre dage ikke. Når du har lært teknikken vil du kunne sætte dig selv op til en skydning, selv give dig de impulser, der gør, at du skyder offensivt - at du har vinderpsyken.

Skyttens træningstilstand

Skyttens træningstilstand er et af de grundelementer, der oftest overses, når skytter taler om betingelser for et godt skud. heldigvis skyder rigtig mange skytter mange skud hver uge, og det er også nødvendigt. Men mange skytter forsømmer en egentlig træning. En skytte i en god træningstilstand er en skytte, hvis krop er i fysisk god form, og hvor skudafgivningen er automatiseret, dvs. at skytten ikke længere eksperimenterer, når han/hun skyder.

SAMSPILLET

Alle grundelementerne bør til en begyndelse trænes adskilte for senere at blive arbejdet sammen til en helhed. Først når du ikke længere skal koncentrere dig om "hvordan du gør det", men bare gør det, er det automatiseret i en sådan grad, at du vil være blandt topskytterne.