

# Wiatrówki i pistolety na CO2 / Jak strzelać celnie z wiatrówki

Jak strzelać celnie z wiatrówki.

---

admin / 18 mar 2018 - 22:05:02

[Jak strzelać celnie z wiatrówki.](#)

Podstawowe zasady strzelania z broni krótkiej

## 1. Postawa strzelecka

- a) Podnieść wyprostowaną nie naprężoną rękę w bok tak, aby bark, łokieć i dłoń z znajdowały się w jednej linii,
- b) Wyznaczyć granice napięcia mięśniowego mięśni palców i mięśni piersiowych,
- c) Wyczuć położenie ręki, przy którym wszystkie mięśnie byłyby rozluźnione,
- d) Stopami ustawić się tak, aby skierować wyprostowaną rękę w kierunku celu,
- e) Rozstaw stóp na szerokość barków,
- f) Wychylenie kompensacyjne,
- g) Ustawienie głowy,
- h) Ręka nie bierze udziału w celowaniu – unieruchomiona

## 2. Trzymanie broni

Sprawdzianem właściwego trzymania broni jest zachowanie muszki równej szczyrbince w momencie odpalenia pocisku.

Sprawdzianu można dokonać wyraźnie podczas treningu suchego .

Chwyć broni powinien być zawsze jednakowo silny i zawsze w tym samym miejscu .

Broń należy trzymać tak, aby w trakcie odpalania nie zmieniła położenia w dłoni i nie drżała w trakcie celowania .

Zbyt lekki chwyt – zmiana położenia broni w dłoni i przestrzeliny wysokie.

Zbyt silny chwyt – drżenie przyrządów celowniczych i duży rozrzut przestrzelin,

Lufa i przedramię ustawione są w jednej osi,

Chwyć broni głęboki – o lufy jak najbardziej wierzchołka dłoni,

## 3. Widoczność i dokładność celowania

- a) Skoncentrować wzrok wyraźnie na przyrządach celowniczych. Szczyrbinka i

muszka widziane ostro. Cel jest elementem widzianym niezbyt ostro.

- b) Porównanie muszki z celem widzianym ostro jest błędem. Następuje odchylenie symetrii muszki w szczyrbinie, owocujące strzałami niskiej wartości.

Strzelając z broni krótkiej należy zrezygnować z tzw. punktu celowania.

## Wiatrówki i pistolety na CO<sub>2</sub> / Jak strzela? celnie z wiatrówki

Jak strzela? celnie z wiatrówki.

---

Należy ograniczyć się do tzw. Rejonu celowania .

Wielko?? rejonu celowania jest większa lub mniejsza i zależy od stopnia wytrenowania strzelca .

### 4. Oddychanie

Oddychanie wiąże ze sobą elementy celowania i ?ciągania języka spustowego .

a. Wdechem i wydechem są podnoszone lub opuszczane w rejonie strza?u zgrane przyrz?dy celownicze .

b. Wydech zsynchronizowany w czasie ze ?ciąganiem języka spustowego , ko?czy się odpaleniem w momencie najbardziej dogodnego ustawienia równych przyrz?dów celowniczych w rejonie oddania strza?u .

c. Między wydechem a wdechem istnieją naturalne przerwy w których puls osi?ga warto?ci najniższe a przyrz?dy celownicze osi?gają maksymalną statyk? .

p?uca) przez kilka g??bokich wdechów i wydechów z przej?ciem do oddechu normalnego .

### 5. ?ciąganie języka spustowego

a. Język spustowy ?ciągamy p?ynnie /powolny ci?g?y nacisk na język spustowy d. Między strza?ami w chwilach przerwy wyrówna? oddech ( przewietrzy? /

b. Nacisk na spust wywiera trzeci cz?on palca wskazuj?cego a miejscem styku są

linie papilarne.

c. Nacisk na język spustowy powinien być jednostajny i prostopadły do osi lufy.

Moment odpalania powinien być dla strzelca zaskoczeniem ( strzelec nie mo?e czeka? na strza? ani go przewidywa? ).

### Zasady strzelania z broni d?ugiej

1. Pierwszym zadaniem w szkoleniu jest doprowadzenie do tego, by postawa strzelecka sta?a się postawą wygodną. Należy liczyć się z indywidualnymi w?a?ciwo?ciami budowy strzelca.

2. Wypracowanie poszczególnych postaw strzeleckich przez trening statyczny

odpowiednich grup mięśniowych, dla utrzymania bez dodatkowego wysi?ku ci??aru danej broni i znalezienie w danej postawie równowagi (strzelec – bro?).

3. Procentowy stosunek pracy treningowej nad poszczególnymi postawami powinien kształtowa? się nast?pująco: le??ca 15%, kl?cz?ca 35%, stoj?ca 50%.

4. Czas między wycelowaniem, a ?ciągni?ciem języka spustowego w postawie le??c i kl?cz?c nie powinien przekracza? 6-8", a w postawie stoj?c 4".

5. Podczas strzelania trzeba wykorzysta? pierwsz? faz? stabilno?ci broni, która nast?puje bezpośrednio po wydechu i trwa przeci?tnie od 1-5". W tym czasie, po

skontrolovaniu wzrokiem przyrz?dów celowniczych, powinien pa?? strza?.

6. Kierunek linii celowania należy korygowa? nie wzrokiem ani przez napinanie mięśni, lecz wy??cznie przez

## Wiatrówki i pistolety na CO2 / Jak strzelać celnie z wiatrówki

Jak strzelać celnie z wiatrówki.

---

odpowiednie ułożenie ciała.

7. Przedurające się celowanie prowadzi do zmniejszenia koncentracji, męczy wzrok i osłabia skuteczność strzałów.

8. Trening na strzelnicy powinien się kształtować w stosunku 3:1 na korzyść treningu bez strzałowego .

9. Duża ilość oddanych strzałów ostrych w początkowej fazie szkolenia nie ma

większego znaczenia. Prowadzi do powierzchownego traktowania przez zawodnika opanowania prawidłowych nawyków, błędnych podstaw do osiągnięcia zamierzonego celu.

---