



# Schützenmeister-WK 09-21

- **Durchführung Schiess-Ü Pist**
- **Schiesstechnik Pist**



Möhlin, 23. Oktober 2021



# Durchführung Schiess-Ü Pist – vor dem Schiessen

## Ziel/Checkliste für Ablauf

### Genügend Zeit und individuelle Vorbereitung verhindern/reduzieren Stress und Ärger

- Anschlagbrett aktuell halten (Merkblätter Schiesswesen und -pflicht 2021)
- Handbuch 25/50 m bzw App griffbereit halten
- Standblätter/Munitionsausgabe organisieren
- Gehörschutzschalen bereitstellen
- Verbindungsmittel sicherstellen (Handy, Telefonanlage)
- Mindestens 1 Schützenmeister bei den Schützen  
(Vorgabe: 1 SM pro 5 Scheiben)
- Absperrungen, Warnsack, Übersicht Programm und Kommandi
- Scheiben, Funktion Drehscheibenanlage und Gefahrenzonen kontrollieren
- Instruktion Warner/Zeiger durch SM  
(Vorgabe: 1 Warner pro 5 Scheiben)
- Sicherstellen, dass ins Schützenhaus eintretende Schützen Pist in einem Behältnis haben (z. B. Koffer, Tasche, Lederetui, Plastiksack)



# Durchführung Schiess-Ü Pist – während dem Schiessen

## Ziel/Checkliste für Ablauf

**Ruhe, klare Verantwortlichkeiten – 1 Verantwortliche(r) im Raum – und saubere Kommandi reduzieren/ verhindern Unfälle und begünstigen die Resultate**

- Schützen willkommen heissen
- Programm und erwartetes Verhalten kommunizieren
- Kontrolle Verwendung Gehörschutzschalen
- Kontrolle Gefahrenzonen und Pistolen
- Schiesskommando gem Schiessverordnung VBS 512.311 Anhang 1 Ziff. 13 **durch SM**
- Zeitangaben (alle 10 Sek.: die letzten 5 Sek werden ausgezählt) **durch Warner**
- Kontrolle, ob korrekte Anzahl Pat geladen werden (Pist verlässt Hand nicht mehr!)
- Betreuung schwacher Schützen durch weitere(n) SM
- Gezeigt wird während dem S nur, wenn alle Pist entladen und auf Ladebank abgelegt sind (Magazin weg, Verschluss offen, Lauf in Ritg Scheibe)
- Nach Beendigung S Programm (3. Schnellfeuer):
  - Entladekontrolle durch SM, Pist durch Schützen im Behältnis versorgen.
  - **Erst dann wird das letzte Programm gezeigt!**
- Rücknahme von nicht verschossener Mun (Rückerstattung Kosten durch Büro)
- Kontrolle Warner/Standblattführung inkl. Unterschriften Schützen/Warner
- Dank an Schützen, Gratulation zu den Resultaten, Hinweis auf weitere Schiessmöglichkeiten



# Durchführung Schiess-Ü Pist – nach dem Schiessen

## Ziel/Checkliste für Ablauf

### Lessons learned, denn nach dem Schiessen ist vor dem Schiessen

- Warnsack einziehen, Absperrungen entfernen
- Alle Waffen mitnehmen/einschliessen
- Kontrolle, ob alle SB unterschrieben und Leistungsausweise zurückgegeben wurden
- Laufende Erfassung der Teilnehmenden von Bundes Ü in VVAdmin (gibt Routine in der Anwendung des Tools)
- Dank an Funktionäre
- Erkenntnisse aus der Ü gewinnen und Optimierungspotential beim nächsten Mal umsetzen



# Schiesstechnik Pist – Grundlagen

## Auszugsweise

### Kapitel 5 des Handbuchs (Dokumentation 27.220)

Halten = Fest

Anschlagarten = bequem

Zielen = Korn scharf

Atemtechnik = nicht dran denken

Schussabgabe = bis an den Anschlag

➤ **Erfahrung von versierten SchützInnen nutzen. Dabei gilt: Geduld bringt Rosen.**

### 4 Sicherheitsgrundregeln

1. Alle Waffen sind immer als geladen zu betrachten!
2. Nie eine Waffe auf etwas richten, das man nicht treffen will!
3. Solange Visiervorrichtung nicht aufs Ziel gerichtet ist, Zeigefinger ausserhalb Abzugbügel halten!
4. Seines Zieles sicher sein!



# Schiesstechnik Pist – Rahmenbedingungen

## Auszugsweise

1. Eigentlich sollte niemand im Raum sprechen ausser ... der SM
2. Rauchende Warner können ein Ärgernis sein (Luftzug zum Schützen löst unangenehmes Gefühl aus oder Augenempfindlichkeit)
3. Starke Antipathien (beeinflussen die meisten Schützen; oft eine unlösbare Situation)
4. Keine Kommentare zu Treffern oder Ergebnissen
5. Keinen falschen Trost



# Schiesstechnik Pist – Körperstellung

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Bequem, d. h. leicht gespreizte Füsse
2. Gewicht gleichmässig nach unten verteilt
3. Waffe mit (nicht ganz) gestreckten\* Armen natürlich auf Schulterhöhe in Richtung Scheibe anheben (Arme nicht auf Scheibe ausrichten/korrigieren)
4. Allfällige Korrektur nur durch Änderung der Standachse, dabei linker/rechter Fuss vor oder zurück, bis Waffe beim natürlichen Hochheben seitlich eingemittelt auf die Scheibe zeigt (Augen-Schliessen schützt vor Selbsttäuschung)

\*ganz gestreckte Arme sowie Neigung des Oberkörpers nach vorne führen zu erhöhter Spannung/Verspannung im Schulterbereich



# Schiesstechnik Pist – Halten der Waffe

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Gleichmässig fester Griff, wobei Zeigefinger locker, nicht auf Griff aufliegen lassen
2. Waffe hauptsächlich mit Mittel-, Ring und kleinem Finger halten
3. Daumen und Handballen auf der Gegenseite sorgen für nötigen Gegendruck
4. Gleichmässiges "Griffgefühl" üben (Axt)
5. Schwächere Hand unterstützt (schwächerer Daumen liegt über Daumen der Griffhand)
6. Fest, aber ohne Zittern, Handgelenk versteifen



# Schiesstechnik Pist – Atmung

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Bauchatmung
2. Einatmen, halb ausatmen
3. Zeigefinger am Druckpunkt (erst jetzt beginnt das Schiessen), Atem anhalten
4. Druck kontinuierlich erhöhen bis ... Schuss bricht/überrascht

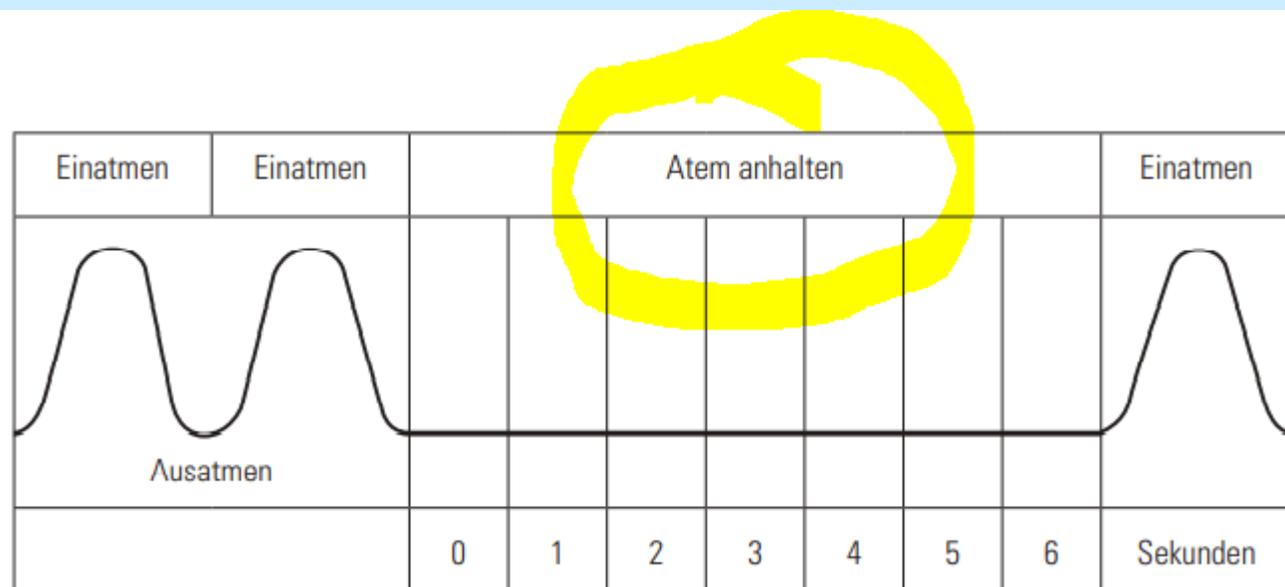


Abbildung 25:  
Atemtechnik



# Schiesstechnik Pist – zielen 1/2

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Halteraum, nicht Haltepunkt! Pendelbewegungen oder Zittern sind weniger problematisch als Abreißen oder Mucken
2. Gleichmässig gestrichenes Korn!
3. Korn scharf und nicht das Scheibenbild (trotzdem müssen Korn und Visier auf gleicher Höhe sein).

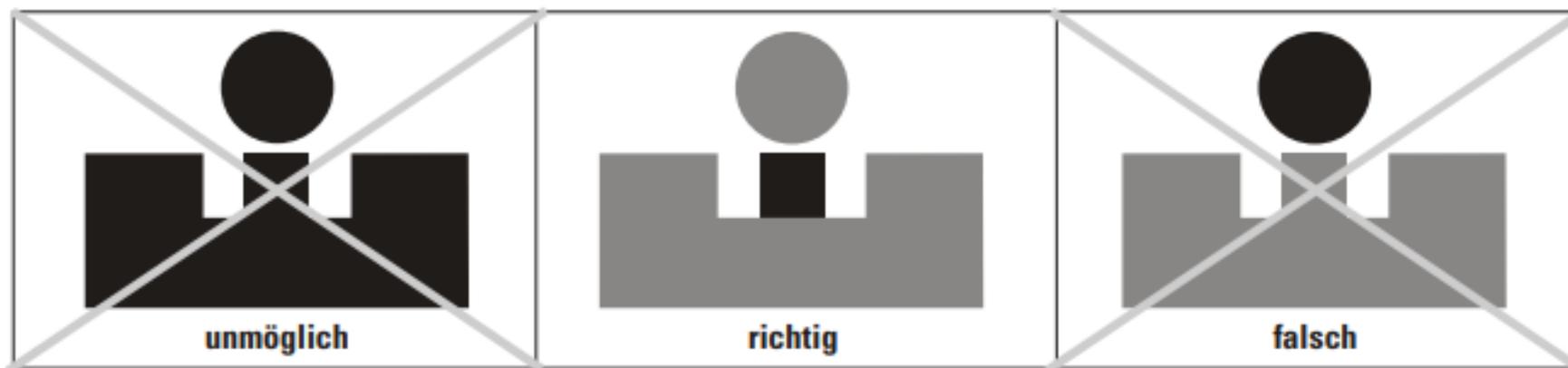


Abbildung 21: Zielbilder



# Schiesstechnik Pist – zielen 2/2

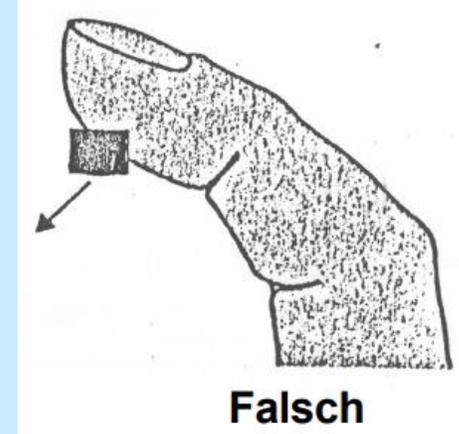
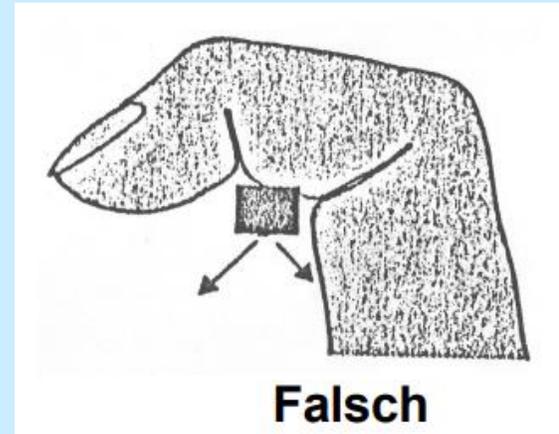
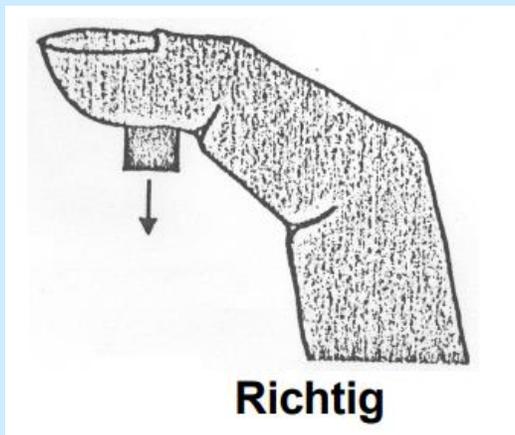
## Ergänzende Möglichkeiten

1. Zielen = Ausrichten des Korns und des Visiers (Kimme) mit dem Auge. Schütze muss Korn ins Visier nehmen, und durch Heben oder Senken des Korns die Kornspitze auf Höhe der Visierlinie ausrichten
2. Nun führt Schütze ausgerichtetes Korn/Visier in Scheibenmitte und hält so Zielbild
3. Beim Zielen kann Auge nicht drei verschiedene Objekte (Korn, Visier und Scheibe) mit unterschiedlichen Distanzen scharf erfassen. Aus diesem Grund muss Auge das Korn scharf erfassen, während Visier weniger scharf und Scheibe unscharf erfasst werden.
4. Schiessen mit beiden geöffneten Augen bietet nach Überwindung von Anfangsschwierigkeiten Vorteil, dass Schütze in der Regel weniger rasch ermüdet (besser noch Augenklappe oder Schiessbrille)
5. Bei gutem Ausrichten der Visierorgane liegt Treffer auch bei leichtem Verschieben des Zielbilds noch auf Scheibe. Da es unmöglich ist, Waffe absolut ruhig zu halten, muss Schütze Korn und Visier ausrichten, gleichzeitig Waffe in Scheibenmitte führen und abdrücken. Dieser Bewegungsablauf muss so kurz wie möglich sein.
6. Korrektes Ausrichten von Korn und Visier ist für Präzision auf Distanzen von über 7m wichtig. Bei einem Winkelfehler von 1mm schlägt Treffer – bei einer Distanz von 25m – 16cm neben Scheibenmitte ein, da Pistole nur über kurze Visierlinie verfügt.

# Schiesstechnik Pist – abziehen/Schussauslösung 1/2

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Wichtigster und schwierigster Anteil für gutes Schiessen, d. h. volle Konzentration auf diesen Vorgang
2. Handmuskeln gespannt,
3. Zeigefinger locker und beweglich.
4. Gerade nach hinten, in der Laufachse abziehen
5. Durch unsauberes Abziehen können alle sonstigen Bemühungen des Schützen zum Erreichen eines guten Ergebnisses zunichte gemacht werden. Das Abziehen ist einer der schwierigsten Abläufe, die ein Schütze erlernen muss, um seine Resultate zu verbessern. Dies braucht jedoch etwas Zeit und Geduld.





# Schiesstechnik Pist – abziehen/Schussauslösung 2/2

## Ergänzende Möglichkeiten

1. Schussabgabe = wachsender Druck des Zeigfingers auf Abzug bis Schuss ausgelöst wird, ohne Ausrichten der Visierorgane zu stören.
  2. Druckpunkt sofort erfassen, zwei Drittel des gesamten Abzugswiderstandes müssen möglichst rasch überwunden werden, so dass ein leichter Druck auf den Abzug genügt, um des Schuss auszulösen. Bei korrekter Schussabgabe wird Schütze vom Auslösen des Schusses überrascht.
  3. Um eine gute Schussabgabe zu erzielen, muss Schütze aufpassen, dass er Abzug nicht durchreisst und dass Zeigfinger nicht zu stark Griffgehäuse umfasst, da dies bei Schussabgabe Waffe auf "schwache" Seite drückt. **Zwischen Zeigfinger und Griffgehäuse muss Zwischenraum bestehen. Der Abzug muss gerade nach hinten gedrückt werden.**
  4. (Hilfsperson kann bei Probeschüssen seinen Zeigfinger über denjenigen des Schützen legen und Schussauslösung miterleben lassen; Training auf 50 m-Scheibe)
- **Tönt in der Theorie alles einfach, darf/muss jedoch geübt werden ... es lohnt sich bestimmt!**



# Schiesstechnik Pist – Schluss

Danke für die Aufmerksamkeit und fürs Mitmachen !

