

Trappeskyting

Tema: Presisjon

Tid: Ca. 20 minutter, men kan tilrettelegges.



Dette er en øvelse hvor skytteren er nødt til å være konsentrert, og presisjon er i fokus.

Trappeskyting er en øvelse man kan skyte alene, eller i konkurranse sammen med andre. På denne måten kan man også trene på å skyte med nerver. Dette er en øvelse som kan være tidkrevende, men kan tilrettelegges for skytterne på både på tidsbruk og nivå.

Øvelsen tar utgangspunkt i fem trappetrinn – eller nivåer, der hver enkelt skytter skal velge/få tildelt en skuddverdi de skal skyte. Denne skuddverdien skal være basert på skytterens nivå. Det vil si at skuddverdien skal være realistisk å oppnå, men samtidig skal være utfordrende å skyte. På denne måten tilrettelegger man øvelsen etter hver enkelt skytters nivå. Dersom en skytter har 102,0 i gjennomsnitt på 10-skudden, kan man eksempelvis ta 10,2 som et utgangspunkt for øvelsen.

Alle starter på nivå 1, her skal man skyte verdien man har valgt/fått tildelt, eller høyere. Klarer man dette er man på nivå 2, da skal man skyte denne verdien eller høyere to ganger på rad. Dersom skytteren for eksempel skyter 10,2 – og deretter enn 9,9, er nivå to ikke godkjent. Da må skytteren starte på nytt.

Her kan man på forhånd bestemme om skytterne skal starte på nivå 1, dersom de ikke klarer de høyere nivåene, eller om man skal starte nivået man hadde oppnådd igjen. For å følge eksemplet over, så kan skytteren enten starte på nivå 1 igjen, eller starte på nivå 2 på nytt. Dette kan man se an i forhold til tidsbruk.

Målet er å klare nivå 5, altså fem skudd på rad der skuddverdien er 10,2 eller bedre.

Dersom man ønsker å gjøre dette til en konkurransesituasjon, kan man si førstemann til å gjennomføre nivå 5.

Grafisk forklart:

