



NORGES SPORTSSKYTTERFORBUND

RIFLEREGLER

FOR

**10 m luftrifle individuelt
10 m luftrifle blandede lag
50 m rifle
300 m rifle
300 m standardrifle
Lagøvelser**



KAPITLER

7.1 GENERELT	3
7.2 SIKKERHET	3
7.3 KRAV TIL BANEANLEGG OG SKIVER	3
7.4 RIFLER OG AMMUNISJON	3
7.5 REGLER FOR BEKLEDNING.....	12
7.6 SKYTEØVELSER OG KONKURRANSEREGLER.....	23
7.7 RIFLEØVELSER.....	25
7.8 STIKKORDSREGISTER	28

NB: Når figurer og tabeller inneholder spesifikk informasjon har de samme gyldighet som de nummererte artiklene.

I spørsmål hvor det er tvil eller uenighet, skal juryen legge den engelske teksten til grunn for sine fortolkninger og avgjørelser.

I seksjon 7 er ikke tekst i kursiv en del av en regel, men er inkludert for å hjelpe skyttere å forstå «ånd og hensikt» i den relevante regelen og for å hjelpe skyttere, trenere og juryer med å avgjøre om regelen kan anvendes under gitte omstendigheter.

Den originale utgaven av ISSF-reglementet er skrevet på engelsk, som er ISSFs offisielle språk.

Den norske utgaven er oversatt fra den engelskspråklige originalutgaven. Oversettelse, bearbeidelse og foreløpig redigering er foretatt av Unni Nicolaysen i 2025/26 iht. 1. utgave 12/2025, med senere endringer i januar 2026. Korrektur, bearbeidelse av figurer og tekst, nummerering og ferdigstilling er utført av Eirik Wee Jensen.



7.1 GENERELT

7.1.1 Dette reglementet er en del av ISSFs tekniske regler og gjelder alle rifleøvelser.

7.1.2 Alle skyttere, lagledere og funksjonærer må være kjent med ISSFs regler og må forsikre seg om at de følges. Det er den enkelte skytters ansvar å følge reglene.

7.1.3 Når en regel henviser til høyrehendte skyttere, gjelder regelen speilvendt for venstrehendte.

7.1.4 Med mindre en regel gjelder spesielt for en manns- eller kvinneøvelse, skal den anvendes likt for begge kjønn.

7.2 SIKKERHET

SIKKERHET ER AV STØRSTE BETYDNING

ISSFs sikkerhetsregler finnes i art. 6.2.

7.3 KRAV TIL BANEANLEGG OG SKIVER

Skiver og skivespesifikasjoner finnes i art. 6.3. Krav til baner og annet utstyr finnes i art. 6.4.

7.4 RIFLER OG AMMUNISJON

7.4.1 Spesifikasjoner for alle rifler

7.4.1.1 Enkeltskudds rifler. Kun enkeltskudds rifler som må lades manuelt før hvert skudd kan brukes. I 300 m standardrifle-øvelsen kan imidlertid en rifle som er lovlig for bruk i 300 m rifleøvelser arrangert av International Military Sport Council (CISM) brukes, hvis den er kontrollert av utstyrskontrollen før konkurransen starter.

7.4.1.2 En rifle pr. øvelse. Det er kun tillatt å bruke én (1) rifle i eliminasjons-, kvalifiserings- og finalekonkurransene i en (1) øvelse. Mekanismen, løpet og skjeftet kan ikke skiftes ut, men en avtagbar kolbekappe kan byttes. Utstyr som er festet til mekanismen, løpet eller skjeftet kan skiftes. En rifle som blir ubrukelig kan erstattes i samsvar med art. 6.13.3, dersom juryen godkjenner det.

7.4.1.3 Systemer som reduserer bevegelse eller vibrasjon. En enhet, mekanisme eller et system som aktivt reduserer, sinker eller minsker våpenets vibrasjon eller bevegelse før skudd er avgitt er forbudt.

7.4.1.4 Pistolskjeftet. Pistolskjeftet for høyre hånd skal være konstruert slik at det ikke hviler på remmen eller på venstre arm.

7.4.1.5 Løp og løpsforlengere må ikke på noen måte være perforert. Rekyldempere og munningsbremsere på rifler er forbudt. Andre konstruksjoner eller innretninger inne i løpet eller løpsforlengere enn rifling og kamring for patronen eller kulen er forbudt. Løpsforlengere må kontrolleres av utstyrskontrollen når skytteren er tilstede, enten før konkurransen eller ved senere kontroller.

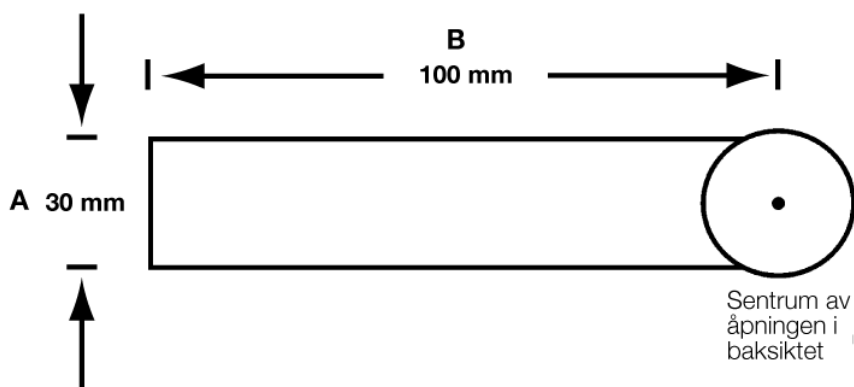
7.4.1.6 Siktemidler For- og baksiktet kan ha lyse eller fargetonede linser eller et polariserende filter, men siktene må ikke ha et internt system av linser som forstørrer siktebildet. Alle slike systemer må vise



tydelig synlige kjennetegn, som f.eks. en rød ring, for å vise at linsene ikke er forstørrende.

Hensikten med denne reglen er å forhindre bruk av linsesystemer som fungerer som kikkert og som forstørrer skytterens siktebilde. Det eneste unntaket er at en skytter som trenger optisk korrigering for å få et klart siktebilde, kan tillates å feste en enkel linse på utsiden, men ikke inne i baksiktet. I tillegg er det tillatt å bruke kontaktlinser eller en naturlig erstatningslinse, fordi slike er nødvendige for at skytteren skal kunne se normalt når han ikke skyter. Det er ikke en utvendig anordning som bevisst har til hensikt å forstørre siktebildet.

- a) Systemer som forsterker lyset, optiske sikter, optiske systemer eller kikkert kan ikke monteres på riflen;
- b) Kun en enkel, korrigerende linse kan monteres på baksiktet, eller skytteren kan bruke korrigerende eller fargetonede linser;
- c) Et siktemiddel, programmert til å aktivere avtrekksmekanismen er forbudt;
- d) En skylapp/blender kan festes til riflen eller baksiktet. Den må ikke være bredere enn 30 mm (A) og ikke rekke lenger ut på siden foran det øyet som ikke brukes til å sikte enn 100 mm, målt fra sentrum av åpningen i baksiktet (B). På den siden sikteøyet befinner seg kan det ikke brukes skylapp/blender, men et prisme eller en speil-anordning kan brukes når det skytes fra høyre skulder og siktes med venstre øye, forutsatt at anordningen ikke har et forstørrende linsesystem. Det må ikke brukes når det skytes fra høyre skulder og siktes med høyre øye eller omvendt.



Figur som viser blender på baksiktet.

- e) På luft- og standardrifler må forsiktetunnellen ha en sirkulær profil, sett gjennom baksiktet, og ikke ha en ytre form eller tilleggsutstyr som kan brukes som horisontal referanse. Interne forsikteelementer som inneholder en horisontal og/eller lodrett referanse er tillatt.



7.4.1.7

Elektroniske avtrekk er tillatt, forutsatt at:

- a) Alle delene er fast montert og bygget inn i våpenets mekanisme eller skjeffe, slik at batteri og ledninger ikke er synlige utenpå;
- b) Avtrekket betjenes med høyre hånd av en høyrehåndsskytter eller med venstre hånd av en venstrehåndsskytter;
- c) Alle deler er på plass når riflen forelegges utstyrskontrollen for inspeksjon; og
- d) Riflen, med alle deler montert, er i samsvar med de regler som gjelder mål og vekt for øvelsen.

7.4.2

Krav til 300 m standardrifle og 10 m luftrifle

Mål som framgår av denne reglen er også illustrert i DIAGRAMMET FOR RIFLEMÅL, art. 7.4.4.1 og i TABELLEN FOR RIFLEMÅL, art. 7.4.4.2.

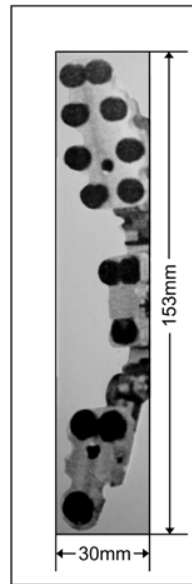
7.4.2.1

Definisjoner

Følgende definisjoner er inkludert for å eliminere enhver tvil om hva de forskjellige rifledelene det henvises til i riflereglementet består av.

- a) **Skjeftet:** Er riflens basisdel som løpet og mekanismen, sikter, *pistolskjeftet* og *bakskjeftet* er festet til. På en tradisjonell rifle med treskjeffe, vil skjeftet være i ett stykke og omfatte *forskjeftet*, *kinnstykket*, *pistolskjeftet* og *bakskjeftet*;
- b) **Bakskjeftet:** Delen av riflen mellom *pistolskjeftet* og *kolbekappen*. Dette er den bakerste delen av skjeftet som kan være forskjøvet til begge sider av løpets senterlinje. Bakskjeftets laveste punkt kan ikke være mer enn 140 mm under løpets senterlinje. Denne begrensningen gjelder ikke for rifler med skjefter laget av tre. Bakskjeftet kan ha en justerbar forlengelse som kolbekappen er festet til. Denne forlengelsen er ikke inkludert i de 140 mm som gjelder for den nedre grensen;
- c) **Kolbekappe:** Det bevegelige endestykket på *bakskjeftet*, som normalt hviler mot skytterens skulder når han er i skytestilling. Den totale bredden må ikke overstige 30 mm. Kolbekappen kan bevegges opp eller ned, forskyves til høyre eller venstre fra *kolbekappens* senterlinje og/eller vris om sin vertikale og/eller horisontale akse. Men, ingen del av ytterkantene kan være mer enn 30 mm fra bakskjeftets senterlinje. Brukes en flerdelt kolbekappe, kan alle delene vris, enten til høyre eller til venstre, men alle justeringer må holdes innenfor den totalt angitte bredde. Kurvens dybde må ikke overstige 20 mm, (jfr. art. 7.4.4.2.g) målt fra det laveste punkt som er i kontakt med skulderen;

En mal med innvendige mål, 153 mm x 30 mm, kan brukes for å kontrollere den totale bredden på kolbekappen. Kolbekappen er akseptabel hvis den passer inne i malen og ingen del er mer enn 30 mm fra bakskjeftets tilsynelatende senterlinje. Malens innerkant kan benyttes som referansepunkt for den tilsynelatende senterlinjen.

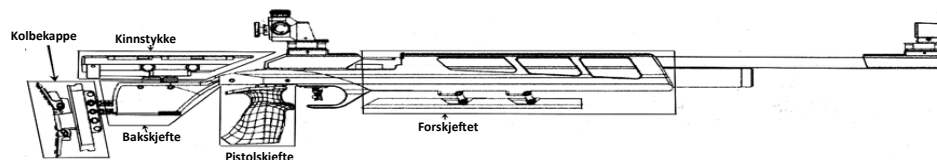


- d) **Kinnstykke:** Den delen av riflen som skytteren hviler hodet eller kinnet mot. Den kan være en integrert del av en rifle med skjeft av tre, eller en tilkoblet enhet som kan justeres opp og ned og sideveis. Justeres den sideveis må ikke ytterkanten stikke lengre ut enn 40 mm fra *bakskjeftets* senterlinje. Et mykt materiale kan påføres kinnstykkets overflate;
- e) **Forskjeftet:** Den fremre delen av *skjeftet*, som sitter under løpet og som er i kontakt med skytterens støttende hånd. Denne kan ha en justerbar eller avtagbar del som forlenger forskjeftet i dybden, men den må ha en rett, plan overflate. Den kan være skråstilt, men det laveste punktet kan ikke være mer enn 140 mm under løpets senterlinje og bredden kan ikke overstige 60 mm. Er den justerbare delen bredere enn den øvre delen av forskjeftet kan den forskyves til venstre eller høyre, men ytterkanten må ikke være mer enn 30 mm fra løpets senterlinje. Materiale som gir forbedret grep, kan ikke påføres og forskjeftet kan ikke være anatomisk formet;
- NB:** *En forlengelse av forskjeftet kan ikke betraktes som en håndstøtte, og er ikke i strid med art. 7.6.1.3.g selv om det er avtagbart.*
- f) **Pistolskjeftet:** Pistolskjeftet må ikke stikke lenger ut (til siden) enn 60 mm fra et vertikalt plan som står vinkelrett på løpets senterlinje. Det laveste punktet må ikke være lenger enn 160 mm under løpets senterlinje. Materiale som gir forbedret grep, kan ikke påføres og pistolskjeftet må ikke være anatomisk formet.

«Anatomisk formet» må forstås som «tilføring eller fjerning av materiale til eller fra et originalt skjeft som levert av en produsent, slik at skjeftet passer til en enkelt skytters hånd». Hensikten er at skjeftet skal være jevnt, som vist i figuren under, og ikke være formet etter individuelle fingre eller tommelen. Skjefter som er produsert ved 3-D printing, eller som et gitterverk er tillatt, forutsatt at de ikke er formet for å passe til en enkelt skytters hånd;



- g) Tommelfingerhull; tommelfingerstøtte, håndstøtte, håndhylle og libelle er forbudt. En tommelfingerstøtte er et framspring eller en utvidelse på siden av pistolskjeftet som skytteren kan hvile avtrekkshåndens tommelfinger på. En håndhylle er et framspring eller en utvidelse på siden av pistolskjeftet konstruert for å hindre hånden i å gli. En håndstøtte er beskrevet i art. 7.4.5.2 og er kun tillatt på 50 m rifler.



NB: Denne figuren har til hensikt å illustrere plasseringen av de delene som er beskrevet i punktene a) til g).

7.4.2.2

Vekter

- a) Løpsveker med en radius opp til 30 mm fra løpets senterlinje er tillatt. Løpsveker må kunne flyttes langs løpet;

Vekter som er festet under forsiktet betraktes ikke som løpsveker, men er tillatt forutsatt at riflens totale vekt forblir innenfor den tillatte maksimumvekten. Dette gjelder også gjenstander og festeanordninger under løpet, som gjør det mulig å montere Scatt eller liknende utstyr. Når slikt utstyr er festet til våpenet i finaler er det ikke inkludert i den totale vekten;

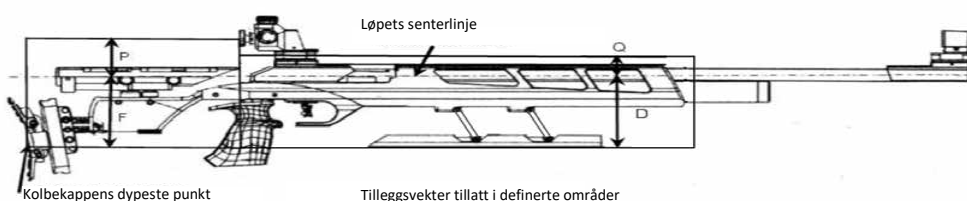
(Området hvor gjenstandene må festes vil bli spesifisert i en framtidig ISSF publikasjon).

- b) Gjenstander eller vekter som stikker ut fra bakskjeftet må være festet som en permanent del av skjeftet (med skruer eller andre festemidler). De må ikke stikke lenger ut til siden enn 25 mm fra bakskjeftets senterlinje, eller nedover mer enn 140 mm, målt fra løpets senterlinje (art. 7.4.4.2.f);
- c) Vekter, i tillegg til vekter på løpet, kan festes til alle riflens deler, men må være innenfor de områdene som vises i figuren eller som i punkt a) ovenfor. Vekter på og i den nedre delen av forsjeftet må horisontalt (sideveis) ikke strekke seg lenger ut fra løpets senterlinje enn hva kinnstykkets ytterkant gjør fra løpets senterlinje (dimensjon J1). Vekter i bakskjefteområdet kan ikke strekke seg lenger bakover enn til en linje som står vinkelrett på kolbekappens dypeste punkt;
- d) Vekter må være solid festet til riflen med semi-permanente midler slik at de ikke tilfeldigvis løsner eller forskyver seg. Bruk av synlig teip for å feste vekter til riflen er forbudt. Fabrikkerte metallvekter, solid festet til riflen innenfor de tillatte områder, som vist på diagrammet er akseptable.

Skyttere minnes om at bilder av idrettsutøvere og deres utstyr, når de vises på fjernsyn eller fotograferes, må være i tråd med presentasjonen av en olympisk idrett. Derfor bør ikke rifler og



tilbehør se ut som om de holdes sammen med selvklebende tape, kabel-bånd eller andre midlertidige midler. Balansevekker av bly for bilhjul er tillatt, men store klynger er stygt og bør om mulig skjules eller unngås.



Jfr. diagrammet for riflemål, art. 7.4.4.1 og tabellen for riflemål, art. 7.4.4.2 for alle dimensjoner.

7.4.3

Krav kun til 300 m standardrifler

Alle 300 m standardrifler må tilfredsstille spesifikasjonene vist i **Tabell for riflemål**, med følgende begrensninger:

- Minimum avtrekksvekt er 1500 gram. Avtrekket må måles med løpet i loddrett stilling. Kontroller av avtrekksvekt må gjennomføres umiddelbart etter siste serie. Maksimum tre (3) forsøk på å løfte vekten er tillatt. Skyttere, hvis rifle ikke består kontrollen, diskvalifiseres;
- Samme rifle må brukes i alle stillinger, uten endringer. Justering av kolbekappe og håndstopper, skifte av forsiktedeler eller justering av baksiktet eller baksiktets kikkhull er tillatt. Under konkurransen, under tilsyn av juryen, er det tillatt å fjerne kinnstykket og sluttstykket for å pusse løpet, forutsatt at kinnstykkets plassering ikke endres når det settes på plass. Fester med hurtigutløser er ikke tillatt og må alltid fjernes fra riflen under KONKURRANSE-skyting; og
- Løpets lengde, inkludert eventuell løpsforlenger, målt fra kammeråpningen til den synlige del av munningen, må ikke være mer enn 762 mm.

7.4.4

Krav kun til 10 m lufrifle

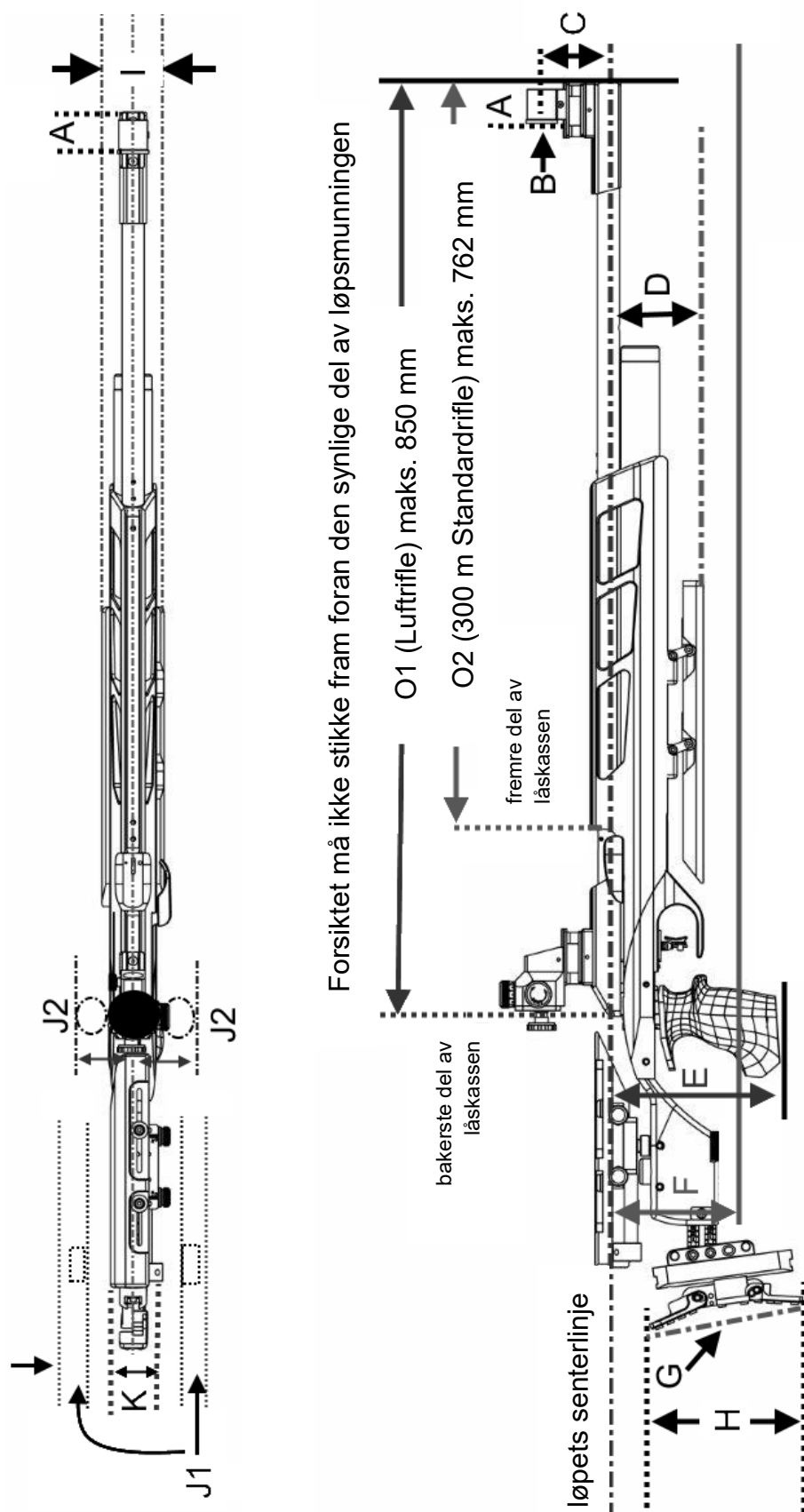
Enhver rifle som drives med komprimert luft eller gass og tilfredsstiller spesifikasjonene i **Tabell for riflemål**, og følgende tilleggsbegrensninger:

- Luftriflesystemets lengde, målt fra bakerste del av mekanismen til den synlige munningen skal ikke være mer enn 850 mm;
- Forsiktet må ikke stikke fram foran den synlige del av løpsmunningen; og
- Ingen lufrifler må overstige 7.5 joule og må bære et slikt merke



7.4.4.1

Figur for riflemål (Luft og standardrifler)





7.4.4.2

Tabell - Riflemål

Dimensjonene C, D, E, F, J1, J2, P og Q måles fra løpets senterlinje

Tegn	Riflespesifikasjoner	300 m standardrifle	Luftrifle
A	Lengde på kornhylse	50 mm	50 mm
B	Kornhylsens utvendige diametermål. Kornhylsen må være sirkulær i profil.	25 mm	25 mm
C	Avstand fra kornhylseringens sentrum eller toppen av stolpekornet til løpets senterlinje	80 mm	80 mm
D	Forskjeftets dybde	140 mm	140 mm
E	Laveste punkt på pistolgrepet	160 mm	160 mm
F	Laveste punkt på bakskjeftet, mellom pistolskjeftet og kolbekappen (gjelder ikke rifler med skjeffe laget av tre). Maksimal dybde på tilleggsvekter.	140 mm	140 mm
G	Dybde på kolbekappens krumming	20 mm	20 mm
H	Lengden på kolbekappen, fra hæl til tå	153 mm	153 mm
I	Forskjeftets totale tykkelse (bredde)	60 mm	60 mm
J1	Maksimal avstand til kinnstykkets ytterkant, målt fra et vertikalt plan gjennom løpets senterlinje.	40 mm	40 mm
J2	Maksimal lengde på alle deler av pistolskjeftet, målt fra et vertikalt plan gjennom løpets senterlinje	60 mm	60 mm
K	Utspring på kolbekappen, målt fra venstre eller høyre kant av kolbekappen til sentrum av bakskjeftet (art. 7.4.2.1)	30 mm	30 mm
L	Avtreksvekt	Minimum 1500 gram	Fri
M	Vekt med siktemidler (og håndstopper 300 m)	5,5 kg	5,5 kg
N	Forsiktet må ikke stikke fram foran det som framtrer som den synlige munningen på riflen.	Må ikke stikke fram	Må ikke stikke fram
O1	Luftrifle: Luftriflesystemets totale lengde		850 mm
O2	Standardrifle: Løpets totale lengde, inkludert forlengelse (fra munningen til kammeråpningen).	762 mm	
P	Maksimal høyde på vekter bak baksiktet	60 mm	60 mm
Q	Maksimal høyde på vekter mellom for- og baksiktet.	30 mm	30 mm

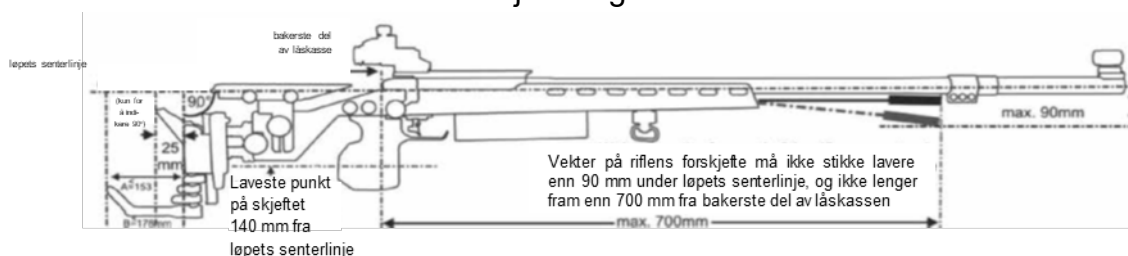


7.4.5

Krav til 50 m rifler

Alle rifler som er kamret for 5,6 mm (kal. .22) long rifle randtenningspatroner er tillatt. Disse reglene kan ikke forby alle mulige kombinasjoner av tilbehør som kan monteres på rifler, som ekstra sikter, etc., men «ånden og hensikten», (iht. art. 6.8.13) i denne regelen er at 50 m rifler skal ha det generelle utseende som figuren nedenfor viser, dvs. at kun ett sett sikter, bakskjeft, håndstøtte eller uttrekkbart forskjeft osv. kan monteres på en rifle samtidig. Det forhindrer ikke at disse gjenstandene kan byttes ut på et hvilket som helst tidspunkt under konkurransen.

- Vekten av riflen for menn og kvinner, med alt tilbehør som brukes, inkludert håndstøtte og håndstopper, skal ikke overstige 8,0 kg;
- Vekter på, eller i nedre del av skjeftet eller bakskjeftet må ikke, målt fra løpets senterlinje, stikke lenger ut i horisontal retning (sideveis) enn kinnstykkets maksimale avstand fra løpets senterlinje;
- Vekter kan ikke stikke lenger bak enn til en linje trukket vinkelrett på kolbekappens dypeste punkt;
- Vekter på bakskjeftet må være solid festet og kan ikke være festet med synlig, selvklebende teip eller andre provisoriske hjelpemidler;
- Vekter på riflens forskjeft må ikke stikke lenger ned enn 90 mm fra løpets senterlinje og ikke lenger fram enn 700 mm fra systemets bakerste del. En slik vekt må ikke kunne endres til en tofot (bipod), som kan brukes som støtte for riflen når den settes ned etter skyting eller mellom stillingene i trestillingsøvelser;
- Forlengelsesrør, tilbehør og beslag beregnet på å feste Scatt eller andre innretninger for å kunne feste eller heve forsiktet kan festes til løpet foran forskjeftet, men riflen må holde seg innenfor den maksimalt tillatte vekten. Er slikt utstyr festet til våpenet i finaler må det fjernes dersom den maksimalt tillatte vekten overskrides; og
- Det laveste punktet på bakskjeftet må ikke stikke lenger ned enn 140 mm fra løpets senterlinje. Denne begrensningen gjelder ikke for rifler med skjeft laget av tre.



7.4.5.1

Kolbekappekrok

En kolbekappekrok med følgende begrensninger kan brukes; Kolbekappekroken, som stikker bakover fra nederste del av



kolbekappen kan ikke stikke lenger enn 153 mm (A) bak en linje som står vinkelrett på en linje trukket gjennom rifleløpets akse og som tangerer den dypeste delen av kolbekappens krumning, som normalt hviler mot skulderen;

Kolbekappekroken som stikker ut fra nederste del av kolbekappen må ha en total utvendig lengde, målt rundt eventuelle krumninger eller kurver, på høyst 178 mm (B);

Øverste del av kolbekappen må ikke stikke mer enn 25 mm bakover fra denne vinkelrette linjen; og

Gjenstander eller vekter som stikker framover, eller ut langs siden på den nedre delen av kolbekappen er forbudt

7.4.5.2

Håndstøtte

En håndstøtte er et flyttbart utspring eller en utvidelse under forskjeftet som hjelper fremre hånd å holde riflen. Ortopedisk utforming (finger eller tommelriller eller fordypninger) er tillatt. Slike hjelpemidler må ikke stikke mer enn 200 mm ned under løpets senterlinje. Ikke under noen omstendighet kan håndstøtter brukes på lufrifler. De kan kun brukes på 50 m rifler i stående stilling.

NB: En forlengelse av forskjeftet som gir en rett, plan overflate og ikke stikker dypere enn 140 mm er ikke en håndstøtte.

7.4.5.3

Pistolskjeftet

Ingen del av pistolskjeftet må forlenges eller konstrueres slik at det kan berøre eller støtte baksiden av hånden eller handledet.

7.4.5.4

Krav til 300 m rifler

Kravene til 300 m rifler er de samme som for 50 m rifle (menn og kvinner). Jfr. art. 7.4.5 og TABELL FOR RIFLE-SPEKIFIKASJONER (art. 7.7.5).

300 m rifler kan ha et miragebånd som er maksimalt 60 mm bredt.

7.4.6

Ammunisjon

Rifle	Kaliber	Andre spesifikasjoner
10 m	4,5 mm (.177")	Prosjektiler i hvilken som helst form laget av bly eller annet bløtt materiale er tillatt.
50 m	5,6 mm (.22")	Long rifle randtenningspatroner. Bare prosjektiler av bly eller tilsvarende bløtt materiale er tillatt.
300 m	Maksimum 8 mm	All slags ammunisjon som kan avfyres uten fare for skyttere eller banefunksjonærer. Sporlys, panserbrytende og brannstiftende ammunisjon er forbudt.



7.5 REGLER FOR BEKLEDNING

Jfr. Generelle Tekniske Regler for generelle krav til bekledning og kontroll av bekledning (art. 6.7).

7.5.1 Generelle krav til riflebekledning

- 7.5.1.1 Skytejakker, skytebukser og skytehansker må være laget av fleksible materialer som ikke endrer fysiske egenskaper, dvs. blir stivere, tykkere eller hardere under vanlig aksepterte skyteforhold. Fôr, polstringer og forsterkninger skal tilfredsstille de samme krav. Fôr og polstringer skal ikke være vattert, sydd med korssting, limt eller på annen måte være festet til det ytre stoffet på andre steder enn i de ordinære sømmene. Fôr og polstringer skal måles som del av plagget.
- 7.5.1.2 En skytter som deltar i ISSF-mesterskap kan kun benytte én (1) skytejakke og ett (1) par skytebukser i alle rifleøvelsene han deltar i pr. mesterskap. Alle rifle skytejakker og bukser skal ha påsatt et segl med et unikt serienummer, utstedt av ISSFs utstyrskontroll og registrert i ISSFs database. Skyttere med jakker eller bukser som ikke har segl må bringe dem til utstyrskontrollen for å få segl påsatt og registrert i ISSFs database. To (2) jakker og to (2) bukser kan registreres på hver skytter. Skyttere som har flere enn en jakke eller bukse med ISSF segl må meddele ISSFs utstyrskontroll hvilke som skal brukes i det aktuelle mesterskapet. Skyttere som bytter ut jakker eller bukser, eller har plagg uten segl (nytt eller byttet) må bringe dem til utstyrskontrollen for å få et segl påsatt og levere tilbake det gamle seglet (art. 6.7.6.2.e). Blir en skytter valgt ut til oppfølgingskontroll etter konkurransen må kontrollen bekrefte at forseglingsnummeret registrert på den skytteren er det samme som serienummeret på plagget skytteren har brukt.
- 7.5.1.3 Vanlige treningsbukser og normale trenings-/joggesko kan brukes i alle øvelser eller stillinger. Brukes shorts under konkurransen må den nederste kanten av buksebenet ikke være mer enn 15 cm over sentrum av kneskålen. Sandaler, uansett type, kan ikke brukes.
- 7.5.1.4 Skytterne er selv ansvarlige for at alle plagg som brukes er i samsvar med disse reglene. Utstyrskontrollen må holde åpent for frivillige kontroller av skytternes bekledning fra den offisielle ankomstdagen til den siste dagen med riflekonkurranser. Skytterne oppfordres til å bringe konkurransebekledningen til utstyrskontrollen for en sjekk før konkurransen, for å være sikre på at de samsvarer med disse reglene. Når de klargjør jakker og bukser til konkurranser må skytterne ta høyde for at målene kan endre seg grunnet forandringer i temperatur, fuktighet eller andre klimatiske forhold.
- 7.5.1.5 For å sikre at reglene overholdes (art. 6.7.9) vil oppfølgingskontroller av all riflebekledning bli foretatt etter eliminasjons- og kvalifiseringskonkurranser.



7.5.2 Krav til bekledningsmål

7.5.2.1 Tabell som viser krav til klestykkelse

Riflebekledning som brukes i konkurranse skal tilfredsstillende følgende krav til tykkelse:

Målested/-punkt	Tykkelse	Jakker	Bukser	Sko	Hansker	Undertøy
Normal	Enkel	2,5 mm	2,5 mm	4,0 mm		2,5 mm
Normal	Dobbel	5,0 mm	5,0 mm			5,0 mm
Normal	Total				16,0 mm	
Forsterkninger	Enkel	10,0 mm	10,0 mm			
Forsterkninger	Dobbel	20,0 mm	20,0 mm			

Kontroller vil bli utført ved bruk av et **instrument for måling av tykkelse** som beskrevet i art. 6.5.1, og ved å benytte den framgangsmåten som er beskrevet i gjeldende Rifle Equipment Control Guide.

Ingen mål som viser høyere tallverdier enn dem som er angitt i tabellen vil bli godkjent (null toleranse).

NB! Normalt måles jakke- og buksenes enkelttykkelse. Kun hvis måleinstrumentet ikke kommer til i bestemte områder, som f.eks. innsiden av jakkeermene eller buksebena tas mål av dobbelt tykkelse.

Ingen mål som er større enn standardene for tykkelsesmål i diagrammet kan godkjennes (nulltoleranse).

7.5.2.2 Krav til stivhet

Riflebekledning som brukes i konkurranse må tilfredsstillende følgende krav til stivhet:

Kontroller vil bli utført ved bruk av instrumentet for måling av stivhet, som beskrevet i art. 6.5.2, og ved å benytte den framgangsmåten som er beskrevet i gjeldende Rifle Equipment Control Guide, som kan lastes ned fra ISSFs hjemmeside.

- Hvis målesylindren trykkes ned minst 3,0 mm er materialet akseptabelt;
- Hvis det vises et tall på monitoren som er lavere enn 3,0 mm er materialet for stivt. Mål lavere enn minimumsmålet 3,0 mm godkjennes ikke;
- Alle deler av jakken og buksen må kunne måles med 60 mm målesylindren. Er en del for liten til at normal måling kan utføres (ingen flate områder er 60 mm eller større) må målingen foretas over sømmene; og
- Jakkens sømmer må ikke være konstruert så stive at de ikke kan bøyes med tilstøtende paneler. De må tillate at jakken faller



sammen naturlig når den plasseres oppreist på en jevn overflate, og ikke fungerer som en ramme som holder jakken ubøyelig, som om den er i bruk. I tvilstilfeller må sømmene måles som beskrevet ovenfor, og være i stand til å bøyes 3 mm på 30 sekunder.

7.5.2.3 **Krav til fleksibilitet i skosåler**

Sålen på skytternes sko må kunne bøyes minst 22,5 grader når en kraft på 15 Newton-meter presses mot hælområdet når støvelen eller skoen er spent fast i måleinstrumentet (jfr. art. 6.5.3).

Dette for å sikre at sålen bøyer seg når skytteren går 'normalt' hel/tå og ikke stivbent og flatfotet som en robot! Advarsler vil bli gitt, og straff kan ilegges hvis en banefunksjonær eller jurymedlem observerer slik oppførsel når skytteren er på FOP, i eliminasjons- og kvalifiseringskonkurranser eller under finaler.

7.5.3 **Skytesko**

Vanlige spasersko eller lette joggesko er tillatt i alle stillinger. Spesielle skytesko, som ikke overskrider følgende krav er kun tillatt i 10 m og 50 m og 300 m trestillingsøvelser. Spesielle skytesko må ikke brukes i liggende rifleøvelser:

7.5.3.1 Overlæret (over sålen) må være av mykt, bøyelig og smidig materiale, ikke tykkere enn 4 mm, alt før medregnet, målt på en plan flate som f.eks. punkt D vist i **Tabell for mål på skytesko** (art. 7.5.3.6).

7.5.3.2 Skosålen, lengde- og bredde, må være laget og sammensatt av det samme materialet og sålen må være fleksibel i hele den fremre del av foten. Skytterne kan bruke løse såler eller innlegg i skoene, men de må også være bøyelige i fremre del av foten.

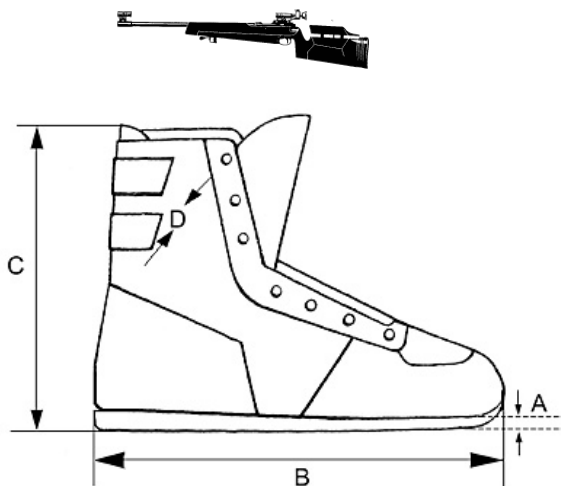
7.5.3.3 For å demonstrere at skosålene er fleksible må skytterne alltid gå normalt (hel/tå og kunne bøye knærne) når de er på FOP. Dette gjelder spesielt når de går til standplass og samtidig blir presentert. Er klærne eller skoene deres så restriktive og overstøttende at naturlig gange er umulig vil en advarsel bli gitt ved første overtredelse, trekk av to (2) poeng og mulig diskvalifikasjon ved ytterligere overtredelser.

7.5.3.4 Høyden på skoen, målt fra gulvet til høyeste punkt (mål C i **tabell for mål på skytesko**) må ikke overstige to tredeler (2/3) av skoens lengde.

7.5.3.5 Sko som brukes av skyttere må være et par som matcher hverandre utvendig.

7.5.3.6 **Tabell for skomål**

Skytternes sko må ikke overskride de maksimale mål som vises på figuren og i tabellen:



A.	Maksimal tykkelse på sålen ved tåen: 10 mm
B.	Total lengde: I samsvar med skytterens fot.
C.	Skoens maksimale høyde: Må ikke overstige to tredeler (2/3) av lengden B.
D.	Overlærets maksimale tykkelse er 4 mm.
Skosålen skal følge skoens ytre krumninger og ikke på noe punkt stikke lenger fram enn 5,0 mm fra skoens ytre dimensjon. Tå eller hæl må ikke kuttes rettvinklet eller flat.	

7.5.4 Skytejakken

7.5.4.1 **Materialets tykkelse** - Jakkens bole og ermer kan bestå av mer enn ett lag materiale, inkludert et tynt innerfôr, forutsatt at den maksimale kombinerte tykkelsen, 2,5 mm (enkel) eller 5,0 mm (dobbel) tykkelse ikke overskrides. (jfr. art. 7.5.2.1)

7.5.4.2 **Lukking** - Jakken må bare kunne lukkes med midler som ikke er justerbare, f.eks. knapper eller glidelåser. Jakken må ikke overlape mer enn 100 mm der den lukkes (jfr. tabell for skytejakker). Jakken må henge løst på skytteren og for å dokumentere at den gjør det må jakken, være i stand til å bli overlappet minst 80 mm utover normal lukking, målt fra midten av knappen til ytterkant av knapphullet. Målene tas med armene langs siden, med et instrument for måling av overlapp med spennkraft fra 6,0 kg til 8,0 kg. Området som omgir knapphullene er begrenset til maksimum 12 mm og dette området kan overskride den tillatte tykkelsen på 2,5 mm. Maksimalt fem (5) knapper er tillatt for å lukke jakken.

NB!: Et krav om 80 mm overlapp settes for å gjøre jakken mindre tettsittende på skytterens kropp, spesielt i brystområdet. Knapper kan flyttes mot kanten av jakken for å overholde 80 mm overlapp. Er det imidlertid ikke tilstrekkelig materiale til å gjøre det, er det tillatt å forlenge hvert knapphull, ved å bruke en sterk snor eller lisse til å danne en løkke som knappen kan festes i.

7.5.4.3 **Stropper, lisser og snøringer** - Alle stropper, lisser, snøringer, sømmer, sting eller andre innretninger som kan oppfattes som kunstig støtte er forbudt. Det er likevel tillatt å ha en (1) glidelås, eller høyst to (2) stropper for å holde løst stoff på plass i området rundt skulderputen (jfr. **tabell for skytejakker**, art. 7.5.4.9). Ingen andre glidelåser eller lukke- eller strammeinnretninger enn de som er spesifisert i disse reglene og illustrasjonene er tillatt.

7.5.4.4 **Ryggstykket** - Ryggstykket kan bestå av flere enn ett (1) stykke materiale, forutsatt at dette ikke stiver av eller reduserer



fleksibiliteten i jakken. Alle deler av ryggstykket må være innenfor grenseverdiene for tykkelse på maksimum 2,5 mm og stivhet på minimum 3,0 mm.

7.5.4.5 **Sidestykker** - Sidestykket skal ikke være konstruert slik at det i stående stilling har en søm eller sømmer under albuen på støttearmen innenfor en sømfri sone som strekker seg fra et punkt 70 mm over og 20 mm bak tuppen av albuen. Kontrollen utføres mens skytteren har jakken på seg, helt lukket og holder riflen i stående stilling.

7.5.4.6 **Ermer** - Når skytteren har skytejakken på seg og den er helt lukket, må skytteren kunne stekke armene helt ut (ermene skal være rette). I liggende og knestående stilling må skytejakkens erme ikke rekke forbi handledet på den armen remmen er festet til. Ermet må ikke legges mellom hånden eller hansken og forskjeftet når skytteren er i skytestilling. Det kan tillates at ermets nedre kant berører riflen dersom den ikke gir synlig støtte.

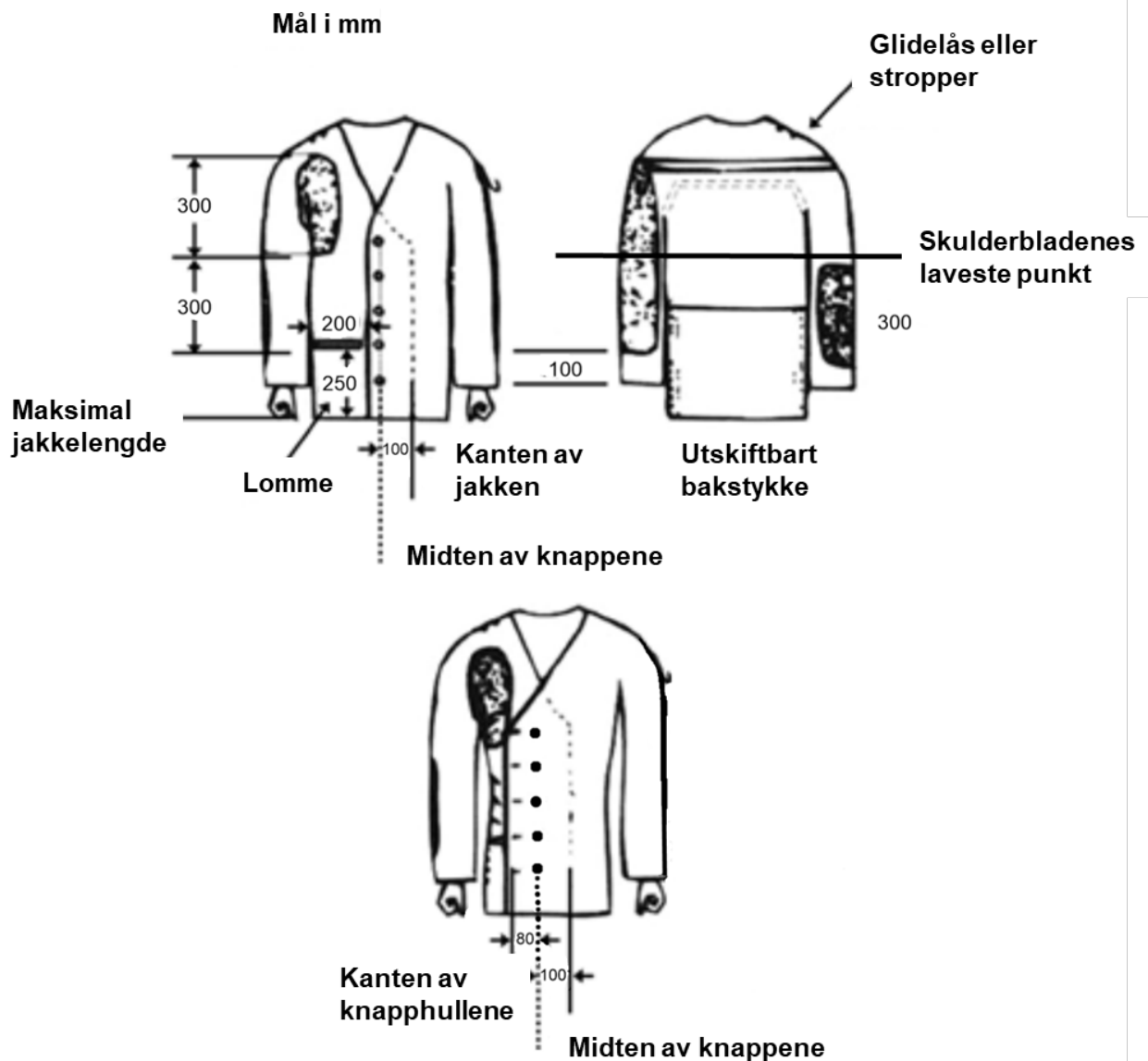
7.5.4.7 **Borrelåser, klebrig substans, væske eller spray** – Ingen av disse substansene eller liknende materiale kan påføres utsiden eller innsiden av jakken, på forsterkninger eller sko og/eller på gulv eller utstyr. Det er tillatt å "rubbe" stoffet i jakken. Overtredelser vil bli straffet i samsvar med reglene.

7.5.4.8 **Forsterkninger** - Skytejakker kan ha påsatt forsterkende lapper, men bare på utsiden og med følgende begrensninger:

- a) Maksimal tykkelse, medregnet jakkestoff og alt fôr: 10 mm i enkel tykkelse og 20 mm når stoffet er lagt dobbelt;
- b) Forsterkninger som ikke er bredere enn halve (1/2) omkretsen av ermet kan festes på begge albuer. På den armen remmen er festet til kan forsterkningen rekke fra overarmen til et punkt 100 mm fra ermets nedre kant. Forsterkningen på den andre armen kan maksimalt være 300 mm;
- c) For å hindre remmen i å gli kan det festes maksimalt en (1) krok, hempe, knapp eller lignende innretning til yttersiden av ermet eller skuldersømmen på den armen som remmen er festet til;
- d) Forsterkninger på den skulderen kolbekappen hviler må i lengste dimensjon ikke måle mer enn 300 mm (jfr. art. 7.5.4.9);
- e) Alle innvendige lommer er forbudt; og
- f) En (1) utvendig lomme, plassert foran på høyre side av jakken er tillatt (foran på venstre side for venstrehendte). Maksimale mål på lommen, målt fra nedre kant av jakken, er 250 mm i høyde og 200 mm i bredde.

7.5.4.9 **Jakkemål**

Skytejakken må være i samsvar med de spesifikasjoner som er vist på figurene nedenfor:



Når skytteren har jakken på seg, med armene langs siden, må ikke jakkens nedre kant være lenger enn til bunnen av den knyttede neven.

7.5.4.10

Skytejakkens stivhet – Når en skytter har på seg jakken, kan hele området over skulderbladenes laveste punkt, bortsett fra armene, med følgende forbehold være stivere enn resten av jakken:

Det øvre området (enkelt tykkelse) må bestå stivhetstesten når den måles med det offisielle instrumentet for måling av stivhet og oppnår en nedbøyning på 3 mm i løpet av maksimalt **tretti (30) sekunder**.

Jakken under skulderbladenes laveste punkt må bestå den samme testen i løpet av **femten (15) sekunder**.

Måling av stivhet utføres på jakkens paneler, 'enkel' tykkelse, uavhengig av antall materiallag som er brukt i konstruksjonen. Det vil si paneler som ikke er brettet, med maksimal tykkelse 2,5 mm (jfr. art. 7.5.2.1).



Hensikten med disse bestemmelsene er å redusere stivheten i jakkene slik at de ikke gir utilbørlig støtte, i strid med prinsippene i art. 6.7.4.2, som forbyr bruk av spesielle innretninger, hjelpemidler eller klær som stiver av eller på en urimelig måte begrenser skytterens bevegelighet i ben, kropp eller armer. Det er imidlertid akseptert at skytterne trenger noe støtte for å redusere risikoen for belastning på øvre del av ryggen og skuldrene når de holder riflen for å sikte i stående stilling, noe som er grunnen for å tillate mer stivhet i den øvre delen av jakken.

De fleste jakker som brukes i dag trenger ikke nødvendigvis tilpasninger av skredder, men når de er nye, vil de kreve bøyning og manipulasjon for å oppnå den nødvendige graden av fleksibilitet.

7.5.5

Skytebukser

7.5.5.1

Tykkelse - Buksen, medregnet fôret, må ikke overstige 2,5 mm i enkel tykkelse og 5 mm i dobbelt på et hvilket som helst punkt hvor plane flater kan måles. Antall materiallag er irrelevant forutsatt at tillatt tykkelse ikke overskrides.

- a) **Høyde** - Overkanten av buksene må ikke være tilpasset eller bæres høyere på kroppen enn 50 mm over hoftekammen;
- b) **Lommer** - Alle lommer er forbudt;
- c) **Innstramming** - Buksene må henge løst rundt bena. Alle snorer, glidelåser eller festemidler for å stramme buksene rundt bena eller hoftene er forbudt;
- d) **Livrem/Belte** - For å holde buksene oppe kan det kun brukes et vanlig belte, ikke mer enn 40 mm bredt og ikke mer enn 3 mm tykt, eller bukseseler. Brukes belte i stående stilling må ikke spennen eller festeanordningen brukes til å støtte venstre arm eller albue. Beltet må ikke legges dobbelt, tredobbelt e.l. under venstre arm eller albue;
- e) **Linning** - Har buksene linning, kan den ikke være mer enn 70 mm bred. Er linningens tykkelse mer enn 2,5 mm tillates ikke bruk av belte. Brukes det ikke belte er linningens absolutte maksimale tykkelse 3,5 mm;
- f) **Beltestropper** - Det kan være maksimalt sju (7) beltestropper, ikke mer enn 20 mm brede. Det skal være minst 80 mm mellom beltestroppene;
- g) **Lukking** - Buksene kan lukkes med en (1) hekte og opp til fem (5) hemper, eller inntil fem (5) justerbare trykknapper eller liknende lukkeinnretninger, eller en borrelås som ikke må bestå av flere lag. Kun en (1) type lukkeinnretning er tillatt. Borrelås kombinert med andre lukkeinnretninger er forbudt; og
- h) **Ordinær bukse** – Brukes ikke spesielle skytebukser kan vanlige bukser brukes, forutsatt at de ikke gir kunstig støtte til noen del av kroppen.

7.5.5.2

Glidelåser, knapper, borrelås eller lignende ikke-justerbare feste- eller lukkeinnretninger kan brukes i buksene, men bare på følgende steder:



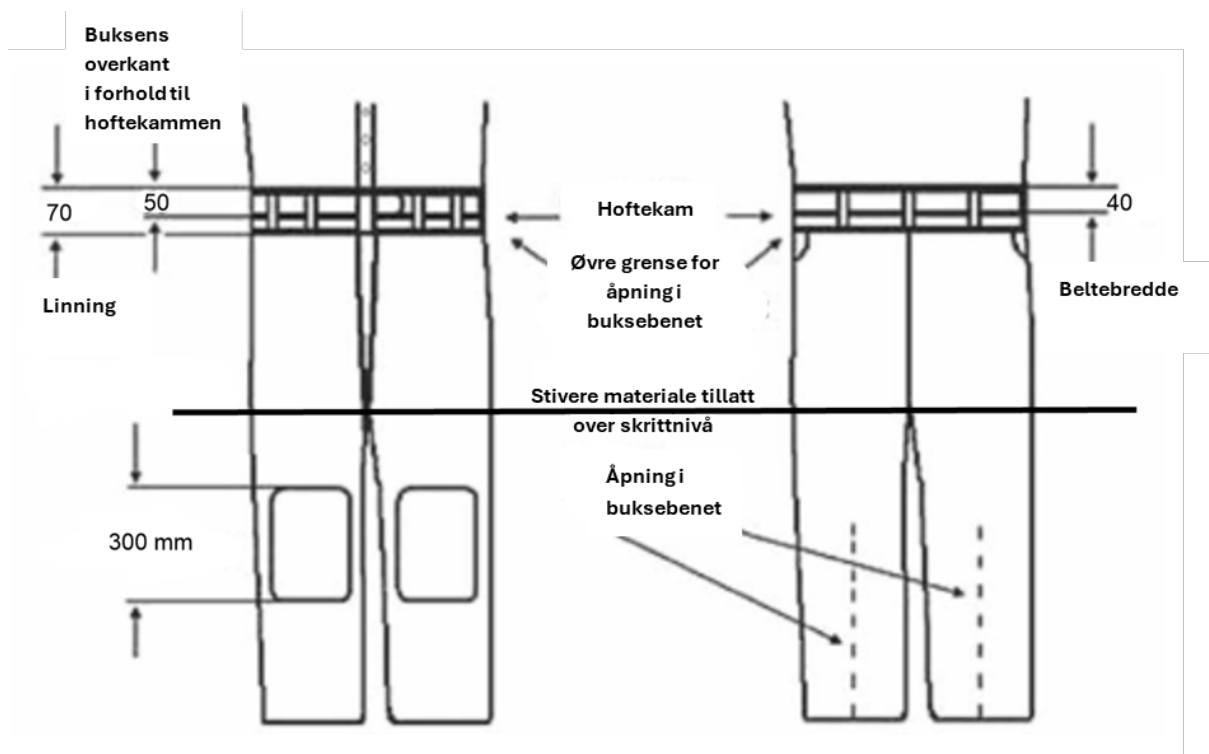
- a) En type feste- eller lukkeinnretning foran for å åpne og lukke gylfen. Gylfen må ikke rekke lenger ned enn til skrittnivået;
- b) Åpninger som ikke kan lukkes er tillatt; og
- c) Bare en (1) annen festeanordning er tillatt i hvert bukseben. Åpningen (festeanordningen) i buksebenet må ikke begynne nærmere buksens overkant enn 70 mm. Den kan imidlertid gå helt ned på buksebenet (jfr. tabell for måling av skytebukser, art. 7.5.5.5). En (1) lukkeinnretning er tillatt enten foran på låret eller bak på benet, men ikke begge steder på ett (1) ben.

7.5.5.3 **Forsterkninger** - kan festes til buksene på begge knær. Kneforsterkninger skal ikke være lenger enn 300 mm og må ikke være bredere enn halve omkretsen av buksebenet. Tykkelsen på forsterkninger, inkludert buksestoff og alt fôr, må ikke overstige 10 mm i enkel tykkelse (20 mm i dobbelt).

7.5.5.4 Skytebukser kan brukes i rifle liggendeøvelser, og i liggendedelen av rifle trestillingsøvelsene, menn og kvinner.

7.5.5.5 **Mål av skytebukser**

Skytebukser må være i samsvar med de spesifikasjoner som er vist på figurene:



7.5.5.6 **Skytebuksens stivhet** – Buksen kan bestå av mer enn ett lag materiale, inkludert et tynt innerfôr, forutsatt at den maksimalt tillatte tykkelsen på 2,5 mm sammenlagt ikke overskrides, eller 5 mm hvis det er nødvendig å måle to (2) hele tykkelser (f.eks. et erme og et ben. Den øvre delen av buksen, over skrittnivået, kan med følgende forbehold være stivere enn den nedre delen: Over skrittnivået må buksen bestå stivhetstesten når den måles med det offisielle instrumentet for måling av stivhet og oppnår en nedbøyning på 3 mm i løpet av maksimalt **tretti (30) sekunder**. Materialet i begge



ben, under skrittnivået, må bestå den samme testen i løpet av **femten (15)** sekunder.

Måling av stivhet utføres på buksens paneler, 'enkel' tykkelse, uavhengig av antall materiallag som er brukt i konstruksjonen. Det vil si paneler som ikke er brettet, med maksimal tykkelse 2,5 mm (jfr. art. 7.5.2.1). Hensikten er i samsvar med det som er skissert for jakken (jfr. art. 7.5.4.10); som er å redusere stivheten i benmaterialet i samsvar med art. 6.7.4.2, men å beholde noe støtte for nedre del av ryggen og korsryggen for å redusere risikoen for belastning eller skade når riflen holdes i siktestilling under stående skyting.

7.5.6

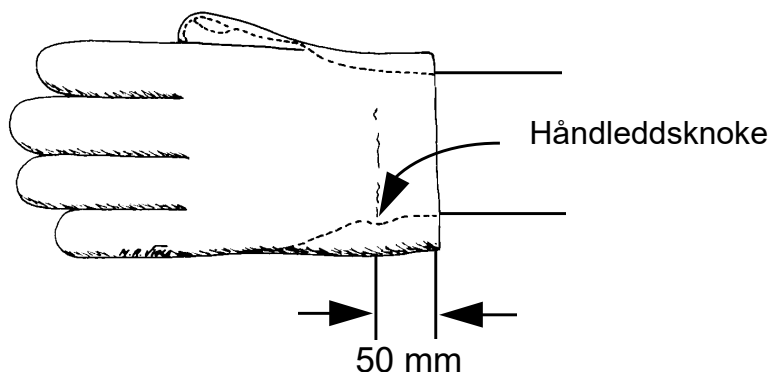
Skytehansker

7.5.6.1

Den totale tykkelsen må ikke overstige 16 mm når for- og baksidematerialet måles sammen. Målingen foretas hvor som helst utenom sømmer og sammenføyninger. Bruker skytteren også en føret hanske må foret inkluderes når tykkelsen måles.

7.5.6.2

Hansken skal ikke rekke lenger enn 50 mm ovenfor håndleddet, målt fra midten av leddknoken. (Jfr. figur). Stropper eller andre lukkeinnretninger ved håndleddet er forbudt. For å få hansken på, kan et parti rundt håndleddet være elastisk, men hansken må forbli romslig rundt håndleddet.



7.5.7

Undertøy

7.5.7.1

Tøy som brukes under skytejakken, må ikke være tykkere enn 2,5 mm i enkel tykkelse eller 5 mm i dobbel. Det samme gjelder alt tøy som brukes under skytebukse. Det er ikke tillatt å bruke jeans eller andre vanlige bukser under skytebukse.

7.5.7.2

Bare vanlig personlig undertøy og/eller treningstøy, som ikke hindrer eller på en urimelig måte begrenser skytterens bevegelse i ben, kropp eller armer kan brukes under skytejakken og/eller skytebukse. Alt annet undertøy er forbudt.

7.5.8

Utstyr og tilbehør

7.5.8.1

Kikkerter

Bare i 50 m og 300 m øvelsene er det tillatt å bruke kikkerter som ikke er festet til riflen for å lokalisere skudd og bedømme vind.

Nasjonalt: Tillatt på 10 m og 15 m baner der det ikke er skivetrekk eller elektroniske skiver.



7.5.8.2

Remmer

Maksimal rembredde er 40 mm. Remmen må bare brukes på venstre overarm (høyre for venstrehendte) og derfra festes til forskjeftet. Remmen skal være festet til forskjeftet på kun ett punkt og må bare passere en side av hånden eller håndleddet. Dersom remmen festes slik at den danner en løkke mellom armen og det fremre festet må de to endene kobles, eller festes slik at remmen ikke blir bredere enn 40 mm der den passerer hånden eller håndleddet. Ikke noen del av riflen må berøre remmen eller noe som er festet til den, bortsett fra ved remfestet og håndstopperen.

7.5.8.3

Riflestøtter

Det er tillatt å bruke en riflestøtte til å hvile riflen på mellom skuddene, forutsatt at ingen del av støtten er høyere enn skytterens høyeste skulder når riflen holdes i stående skytestilling. En riflestøtte må ikke plasseres foran skytebordet/benken når det avgis skudd i stående stilling. Skytterne må vise aktsomhet når de bruker støtten under hvile, eller når riflen lades. De må også sørge for at riflen holdes innenfor grensene for standplassen og at den ikke er til ulempe for skyttere på tilstøtende standplasser. Av sikkerhetshensyn må skytteren alltid holde grepet med hånden mens riflen hviler på riflestøtten.

7.5.8.4

Våpenkoffert eller bag

Våpenkofferten/bagen skal på standplass ikke plasseres foran skytterens fremre skulder. I stående skyting kan likevel skyte-kofferten/bagen, et bord eller et stativ brukes til å hvile riflen på mellom skuddene. Skytekofferten/bagen, bordet eller stativet må ikke være av en slik størrelse eller utforming at det er til ulempe for skyttere på tilstøtende standplasser, eller gir skjerming for vind.

7.5.8.5

Knepølle

Det er bare tillatt å bruke en (1) sylinderformet pølle ved skyting i knestående stilling. Den skal være maksimalt 25 cm lang, 18 cm i diameter og laget av mykt og smidig materiale. Det er ikke tillatt å forme pøllen med lisser eller andre innretninger.

7.5.8.6

Tofot (Bipod)

Tofot kan brukes til å støtte riflen før og etter skyting, eller ved bytte av stilling. Men, enten den er fast eller sammenleggbar, må tofoten fjernes fra riflen under all konkurranseskyting.

7.5.8.7

Hælpute i knestående stilling

En separat komprimerbar pute av fleksibelt materiale med maksimale mål 20 cm x 20 cm kan plasseres på hælen i knestående stilling. Hælputen kan ikke være tykkere enn 20 mm når den presses sammen av måleinstrumentet som brukes til å måle tykkelse på riflebekledning.

7.5.8.8

Solskjerm eller cap

Skytteren kan bruke en caps eller solskjerm. Caps'en eller solskjermen kan ikke stikke lengre fram enn 80 mm foran skytterens panne. Er den laget av fleksibelt materiale kan den berøre baksiktet,



er den laget av et ikke-fleksibelt og stivt, hardt materiale kan den ikke berøre baksiktet.

Caps'er eller solskjermer kan ikke brukes på en måte som gjør at de fungerer som sideblendere. Juryen må kunne se siden av skytterens øye når det ses sideveis i samme høyde fra bakken.

Det opprinnelige forbudet mot caps'er og solskjermer som berørte baksiktet var nedfelt i reglementet for å forhindre at de ble brukt som referansepunkt og til å stabilisere riflen og forhindre horisontal rotasjon. De fleksible gummiskjermene gir ikke slike fordeler og er derfor tillatt.

7.6

SKYTEØVELSER OG KONKURRANSEREGLER

7.6.1

Skytestillinger

7.6.1.1

Knestående

- a) Skytteren kan berøre gulvet på standplassen med tåen på høyre fot, høyre kne og venstre fot;
- b) Riflen kan holdes med begge hender og høyre skulder;
- c) Kinnet kan legges inntil skjeftet;
- d) Venstre albue må støttes på venstre kne;
- e) Albuespissen må ikke være mer enn 100 mm over eller 150 mm bak kneskålens midtpunkt;
- f) Riflen kan støttes av en rem, men forskjeftet bak venstre hånd må ikke berøre skytejakken;
- g) Ingen del av riflen skal berøre remmen eller det som er festet til den;
- h) Riflen skal ikke berøre eller hvile mot noe annet punkt eller gjenstand;
- i) Hvis knepøllen er plassert under høyre fot eller ankel må ikke foten vris mer enn 45 grader;
- j) Brukes ikke knepøllen, kan foten vris i hvilken som helst vinkel. Dette betyr at også siden av foten og leggen kan være i kontakt med standplassgulvet eller skytematten;
- k) Ingen del av låret eller setet skal på noe punkt berøre standplassgulvet eller skytematten;
- l) Bruker skytteren skytematten kan han knele helt eller delvis på matten, slik at det kan være opp til tre (3) kontaktpunkter (tå, kne, fot). Andre gjenstander eller puter kan ikke legges under høyre kne. Om nødvendig kan en knepølle brukes sammen med skytematten;
- m) Mellom skytterens sete og hæl kan det kun brukes bukse og undertøy. I tillegg kan en hælpute for knestående skyting benyttes. Jakken eller annet utstyr må ikke legges mellom de to (2) punktene; og
- n) Høyre hånd kan ikke berøre venstre hånd, venstre arm, venstre erme på skytejakken eller remmen.



7.6.1.2

Liggende

- a) Skytteren kan ligge rett på standplassgulvet eller på skytematten;
- b) Han kan også bruke matten til å støtte albuene på;
- c) Han skal ligge utstrakt på standplassen med hodet mot skiven;
- d) Riflen skal kun støttes av begge hender og kun en skulder;
- e) Kinnet kan legges inntil skjeftet;
- f) Riflen kan støttes av en rem som er festet til forskjeftet foran håndstopperen;
- g) Ikke noen del av riflen skal berøre remmen eller det som er festet til den;
- h) Riflen skal ikke berøre, eller hvile mot noe annet punkt eller gjenstand;
- i) Begge underarmene og ermene på skytejakken, foran albuene, må være synlig løftet fra gulvet på standplassen;
- j) Underarmen på den armen skytterens rem er festet til (venstre) skal danne en vinkel på minst 30 grader fra horisontalplanet, målt fra underarmens akse (senterlinje (oversetter anm.));
- k) Høyre hånd og/eller arm må ikke berøre venstre arm, skytejakken eller remmen; og
- l) Det kan tillates at jakkeermet på støttearmen berører undersiden av forskjeftet, forutsatt at det ikke kommer mellom hansken og riflen og gir ekstra støtte.

7.6.1.3

Stående

- a) Skytteren skal stå fritt, uten kunstig eller annen støtte, med begge føttene på standplassgulvet eller på skytematten;
- b) Riflen kan holdes med begge hender og skulderen, eller overarmen nærmest skulderen. Det tillates at riflen berører jakken over øvre del av brystet;
- c) Kinnet kan legges inntil skjeftet;
- d) Høyre hånd kan ikke berøre venstre hånd eller arm. Venstre hånd kan ikke berøre venstre skulder. Hverken hånden eller fingrene kan berøre venstre side av jakken;
Venstre side av jakken er området til venstre for en tenkt vertikal linje nedover langs midten av brystet.
- e) Venstre overarm og albu kan støttes mot brystet eller hoften. Bruker skytteren belte skal ikke spennen eller festeordningen brukes som støtte for venstre arm eller albue;
- f) Riflen må ikke berøre eller hvile mot noe punkt eller gjenstand, bortsett fra i det området som tillates i art. 7.6.1.3.b & d) Det må være en klart synlig åpning mellom riflen og skytterens ansikt og baksikte, inkludert en blender dersom den er festet til riflen;
Bredden på denne åpningen er bevisst ikke spesifisert for å unngå at en skytter blir forstyrret av en funksjonær eller et



jurymedlem som tar fysiske mål mens konkurransen pågår. Men, åpningen må være slik at det ikke er tvil om at riflen, inkludert baksiktet eller blanderen ikke berører noe punkt eller gjenstand når man ser på den.

- g) Det kan brukes en håndstøtte, men ikke i 300 m standardrifle- eller 10 m lufrifleøvelsene;
- h) Håndstopper/remfeste er ikke tillatt i denne stillingen i 300 m standardrifle og 10 m rifleøvelsene; og
- i) I denne stillingen er bruk av rem forbudt.

7.7 RIFLEØVELSER

Jfr. ISSFs GODKJENTE SKYTEØVELSER, art. 3.3 og art. 7.7.4, TABELL RIFLEØVELSER.

7.7.1 50 m og 300 m skal skytes i følgende rekkefølge: Knestående - Liggende - Stående.

7.7.2 Før KONKURRANSE-skuddene starter skal det være avsatt 15 minutter til en kombinert forberedelses- og prøveskuddsperiode (art. 6.11.1.1).

7.7.3 I trestillingsøvelser, når skytterne har fullført knestående og liggende stilling er det skytterens ansvar å skifte fra KONKURRANSE til prøveskive og tilbake til KONKURRANSE. I liggende og stående stilling kan de avgi et ubegrenset antall prøveskudd før de starter å avgi konkurranseskuddene, men det tillates ikke ekstra tid for disse prøveskuddene. Glemmer en skytter, etter å ha byttet stilling, ved et uhell å skifte fra KONKURRANSE til prøveskive, må skudd, notert som ekstraskudd i den forrige stillingen, strykes og skiven omstilles til prøveskive.



7.7.4 TABELL FOR RIFLEØVELSER

Øvelse	Menn/ Kvinner	Ant. skudd	Antall skudd pr. KONKURRANSE- skive (papir)	Antall prøveskiver (papir)	Skytetid: Skiveskift i grav eller fra skivetrekk (når det brukes papirskiver)	Skytetid: Elektroniske skiver
10 m luftrifle	Menn eller Kvinner	60	1	4	1 time, 30 minutter	1 time, 15 minutter
10 m blandede lag	Menn & Kvinner	2x30	1	4	1 time	40 minutter
50 m rifle 3 stillinger	Menn eller Kvinner	60		4 for hver stilling	2 timer	Innendørs: 1time, 30 minutter Utendørs: 1 time, 45 minutter
50 m rifle liggende	Menn eller Kvinner	60		4	1 time	50 minutter
300 m rifle 3 stillinger	Menn eller kvinner	60	10	1 for hver stilling	2 timer, 15 minutter	1 time, 45 minutter
300 m rifle Liggende	Menn eller Kvinner	60	10	1	1 time, 15 minutter	1 time
300 m standardrifle 3 stillinger	Åpen	60	10	1 for hver stilling	2 timer, 15 minutter	1 time, 45 minutter
NB: Den kombinerte forberedelses-og prøveskuddstiden på 15 minutter må avvikles før den offisielle startiden for øvelsen.						



7.7.5 TABELL FOR RIFLESPESIFIKASJONER

Øvelse	Maksimal vekt	Avtrekk	Maksimal lengde på løp/system	Ammunisjon	Tommelfingerhull- og støtte, håndstøtte, håndhulle, libelle
10 m luftrifle	5,5 kg (menn/kvinner)	Ikke snellert-avtrekk	850 mm (system)	4,5 mm (.177")	Ingen
50 m rifle 3 stillinger og liggende	8,0 kg (menn/kvinner)	Ingen restriksjoner	Ingen restriksjoner	5,6 mm (.22") Long Rifle	Ja – håndstøtte kun i stående stilling
300 m rifle 3 stillinger og liggende	8,0 kg (menn/kvinner)	Ingen restriksjoner	Ingen restriksjoner	Maximum 8 mm	Ja – håndstøtte kun i stående stilling
300 m standardrifle 3 stillinger	5,5 kg	Ikke snellert-avtrekk Minste avtrekksvekt: 1500g	762 mm (løp)	Maximum 8 mm	Anordninger med hurtigfester er ikke tillatt.
NB: Riflen skal veies med alt tilbehør inkludert håndstøtte og håndstopper (hvis det brukes).					



7.8 STIKKORDSREGISTER

10 m lufrifle	7.4.2 / 7.4.4
3 stillinger – Bytte skiver etter bytte av stilling	7.7.3
3 stillinger – Kombinert forberedelses- og prøveskuddstid	7.7.2
3 stillinger – Rekkefølgen for avgivelse av skudd	7.7.1
300 m rifle	7.4.5.4
300 m standardrifle	7.4.2 / 7.4.3
50 m rifle	7.4.5
Ammunisjon	7.4.6
Anvendelse av reglene i alle rifleøvelser	7.1.1
Avtrekk – 300 m standardrifle	7.4.3.a
Bekledningsregler	7.5
Blender – På baksiktet	7.4.1.6.e
Bytte en defekt rifle	7.4.1.2
Bytte flere enn en del av riflen pr. øvelse	7.4.1.2
Caps eller solskjerm	7.5.8.8
Defekt rifle	7.4.1.2
Elektronisk avtrekk	7.4.1.7
Forberedelses- og prøveskuddstid (art. 6.11.1.1)	7.7.2
Forsterkninger – Skytebukse	7.5.5.3
Forsterkninger – Skytejakke	7.5.4.8
Forsterkninger – Tabell for bekledningens tykkelse	7.5.2.1
Generelt om rifler	7.1
Gjenstander på innsiden av løpet / Løpsforlengere	7.4.1.5
Høyrehendt skytter – Venstrehendt skytter	7.1.3
Håndhulle – 300 m standardrifle / 10 m lufrifle	7.4.2.1.g
Håndstøtte – 50 m rifle	7.4.5.2
Håndstøtte – 300 m standardrifle / 10 m lufrifle	7.4.2.1.g
Kikkerter	7.5.8.1
Kjennskap til reglene	7.1.2
Klær under jakken og buksen	7.5.7
Knepute i knestående stilling	7.5.8.7
Knepølle	7.5.8.5
Knestående	7.6.1.1
Kolbekappe – 50 m rifle	7.4.5.1
Kolbekappe – Justering på 300 m standardrifler / 10 m lufrifler	7.4.2.1.c
Kolbekappekrok – 50 m rifle	7.4.5.1
Korrigerende linser	7.4.1.6.c
Krav til 300 m standardrifle / 10 m lufrifle	7.4.2
Krav til alle rifler	7.4.1
Krav til baneanlegg og skiver	7.3
Kvinneøvelser / Mannsøvelser	7.1.4
Libelle – 300 m standardrifle / 10 m lufrifle	7.4.2.1.g
Liggende stilling	7.6.1.2
Linser	7.4.1.6
Lysfiltre	7.4.1.6
Løp	7.4.1.5
Løpslengde – 300 m standardrifle	7.4.3.c
Mannsøvelser / Kvinneøvelser	7.1.4
Materiale i skytejakker, skytebukser, skytehansker	7.5.1.1
Materiale som gir forbedret grep – 300 m standard rifle / 10 m lufrifle	7.4.2.1.e
Miragebånd – 300 m rifle	7.4.5.4
Munningsbrems	7.4.1.5
Normal gange	7.5.3.3
Oppfølgingskontroll (art. 6.7.9), Etter konkurransen/Kvalifisering	7.5.1.2/7.5.1.5
Oppfølgingskontroll / Kvalifisering (art. 6.7.9)	7.5.1.5
Perforerte løp / Løpsforlengere	7.4.1.5



Pistolgrep	7.4.1.4
Pistolgrep - Påbygging – 300 m standardrifle / 10 m luftrifle	7.4.2.1.f
Pistolgrep – 50 m rifle	7.4.5.3
Regler for kontrollmåling av klær	7.5.2
Regler for kontrollmåling av stivhet i klær	7.5.2.2
Rekyldempere (kompensatorer)	7.4.1.5
Remmer	7.5.8.2
Riflemål – 10 m luftrifle	7.4.4
Rifler og ammunisjon	7.4
Rifler pr. øvelse - EN	7.4.1.2
Riflestøtter	7.5.8.3
Riflesystemets lengde – 10 m luftrifle	7.4.4.a
Rifleøvelser - Jfr. tabell for rifleøvelser, art. 7.7.4	7.7
Shorts	7.5.1.3
Sikkerhet	7.2
Sikte med venstre øye – Skyte fra høyre skulder / Skyte fra venstre skulder – sikte med høyre øye	7.4.1.6.e
Sikter	7.4.1.6
Sikter – Linser, Linsesystemer, Lysfilter	7.4.1.6
Skytebukse	7.5.5
Skytebukse – Belte	7.5.5.1.d
Skytebukse – Bukselinningen	7.5.5.1
Skytebukse – Bukseseler	7.5.5.1.d
Skytebukse – Figur og mål	7.5.5.5
Skytebukse – Forsterkninger	7.5.5.3
Skytebukse – Linning: Bredde, Lukkeanordning	7.5.5.1
Skytebukse – Lukkeanordninger	7.5.5.1.d
Skytebukse – Lukkeanordninger: Bukseben	7.5.5.2.c
Skytebukse – Lukkeanordninger: Gylf	7.5.5.2.a
Skytebukse – Løs rundt bena	7.5.5.1
Skytebukse – Snorer, glidelåser, festemidler	7.5.5.1/7.5.5.2
Skytebukse – Tykkelse	7.5.5.1
Skytehansker	7.5.6
Skytehansker – Lukking	7.5.6.2
Skytehansker – Tykkelse	7.5.6.1
Skytejakke	7.5.4
Skytejakke – Armens posisjon	7.5.4.6
Skytejakke – Bakstykkets konstruksjon	7.5.4.4
Skytejakke – Bolen, ermer, lengde	7.5.4.1
Skytejakke – Bruk av klebrige stoffer, væske, etc.	7.5.4.7
Skytejakke – Ermer, begge armer rette	7.5.4.6
Skytejakke – Feste remmen	7.5.4.8.c
Skytejakke – Forsterkninger	7.5.4.8
Skytejakke – Forsterkninger: Albuene	7.5.4.8.b
Skytejakke – Forsterkninger: Kolbekappen hviler mot skulderen	7.5.4.8.d
Skytejakke – Forsterkninger: Maksimal tykkelse	7.5.4.8.a
Skytejakke – Kunstig støtte; Stropper, Lisser, Sømmer, etc.	7.5.4.3
Skytejakke – Lomme	7.5.4.8.f
Skytejakke – Lomme - Størrelse	7.5.4.8.f
Skytejakke – Lukking: Ikke justerbar	7.5.4.2
Skytejakke – Løst materiale i skulderområdet	7.5.4.3
Skytejakke – Overlapp, henge løst	7.5.4.2
Skytejakke – Rubbing	7.5.4.7
Skytejakke – Sidepanel med horisontale sømmer	7.5.4.5
Skytejakke – Strekke ut armene	7.5.4.6
Skytejakke – Tegning og mål	7.5.4.9
Skytejakker og skytebukser - Antall	7.5.1.2
Skytesko	7.5.3



Skytesko – Fleksibilitet i sålen	7.5.2.3
Skytesko – Gåtest	7.5.3.3
Skytesko – Høyde	7.5.3.4
Skytesko – Innleggssåler	7.5.3.2
Skytesko – Matchende par	7.5.3.5
Skytesko – Materialet i overlæret	7.5.3.1
Skytesko – Materialet i sålen	7.5.3.2
Skytesko – Måletabell	7.5.3.6
Skytestillinger	7.6.1
Skyteøvelser - Prosedyrer og konkurranseregler	7.6
Solskjerm eller caps	7.5.8.8
Stillinger	7.6.1
Stillingsrekkefølge, trestillingsøvelsene	7.7.1
Stivhet i klær	7.5.2.2
Stående stilling	7.6.1.3
Systemer som reduserer bevegelser og/eller vibrasjon	7.4.1.3
Særtrekk ved skytebekledning	7.5.1.3 / 4
Tabell for kvalifiseringsøvelser	7.7.4
Tabell for riflespesifikasjoner	7.7.5
Tabell for riflemål – 300 m standardrifle / 10 m luftrifle	7.4.4.2
Tabell med spesifikasjoner for skytebekledningens tykkelse	7.5.2.1
Tilbehør og utstyr	7.5.8
Tofot	7.5.8.6
Tommelfingerhull – 300 m standardrifle / 10 m luftrifle	7.4.2.1.g
Tommelfingerstøtte – 300 m standardrifle / 10 m luftrifle	7.4.2.1.g
Tykkelse – Tabell	7.5.2.1
Tykkelse - klær	7.5.2.1
Undertøy	7.5.7
Utstyr og tilbehør	7.5.8
Vekter – 300 m standardrifle / 10 m luftrifle	7.4.2.7
Venstrehendt skytter – Høyrehendt skytter	7.1.3
Våpenkoffert / Skytebag	7.5.8.4