

MAKUUAASENTO

Paineen tulisi välittyä perälevyyn mahdollisimman tasaisesti

ASENNON KORKEUS

Asennon korkeuteen oleellisesti vaikuttava tekijä on hyvän päänn asennon saavuttaminen optimaalista tähtäysprosessia varten

Matalassa asennossa joudutaan usein tekemään kompromissi päänn asennon suhteen

Tyypillisesti alahihnan koukku noin kahvan tasalla

Silmän etäisyys takatähtäimestä n. 3-5 cm

PÄÄNN ASENTO

Korvat ovat vaakatasossa

Poskipakka tuodaan poskiluuta vasten (ei toisinpäin) siten, että

- pää on pystyssä
- niska rentona
- silmä keskellä takatähtäintä symmetrisesti

KÄDET JA HARTIAT

Oikea olkapää hieman vasenta ylempänä

Asennon pysyttävä tasapainossa, vaikka oikea käsi ei olisi kahvalla

Aseen sijainti on tukialueen keskellä

TUKIALUE MUODOSTUU HINNÄKÄDEN, OLKAPÄÄN JA KAHVAKÄDEN KYYNÄRPÄÄN VÄLILLE

Hinnäkäden kyynärpäätä lähes aseenn alla tai hieman sen ulkopuolella

Oikea kyynärpä suurinpiirtein samalla linjalla vasemman olkapään kanssa sivusta katsoessa

Kahvakäden ranne kyynärvarren jatkeena

Hihnan paikka olkavarrella siten, että syke ei tule häiritsevästi läpi

Ase lepää peukalon tyvilihaksenn päällä (sormilla ei puristeta tukista), ranne suorana kyynärvarren jatkeena

VÄÄRÄ

Liipaisinsormi ei kosketa tukkiin (ainoastaan liipaisimeenn)

JALAT

- Vasen jalka ojentuu selän suuntaisena suoraksi taakse
- Suora linja vartalon vasemman puolen läpi kengästä hihnanpidikkeeseen
- Jalkaterä kääntyy hieman sisään
- Oikea jalka hieman polvesta koukussa
- Jalkaterä kääntyy ulos

VARTALON ASENTO

Lantiolinja ja selkäranka ovat suorana, kohtisuorassa toisiinsa nähden

VARTALON KULMAN PIENENTYESSÄ

- Vasemman käden paikka tulee lähemmäs
- Perä on lyhyempi
- Hartiat enemmän kohtisuorassa ampumalinjaan nähden

Vasen hartia voi olla hieman eteenpäin työntyneenä

VARTALON KULMAN KASVAESSA

- Vasemman käden paikka tulee kauemmas
- Perä on pidempi
- Hartialinja enemmän ampumalinjan suuntainen

LUONNOLLINEN TÄHTÄYSPISTE

KORKEUDEN SUUNTAUS

Haetaan ensisijaisesti muuttamalla perän sijaintia olkapäästä vasten. Tarvittaessa voidaan muuttaa etukäden otteen sijaintia tai hihnan kireyttä.

SIVUTTAISENN SUUNTAUS

Haetaan muuttamalla koko kehon asentoa kerralla eikä muuttamalla yksittäisiä kehonosien paikkoja