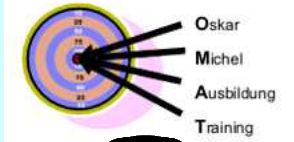
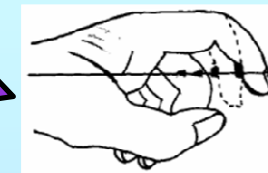
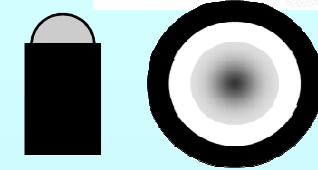


Flussdiagramm Gewehrschiessen

Wahrnehmung Zielbild



Handlungsabfolgen



Atmung kontrollieren

Schwankungen zum Ziel aufnehmen

Druckpunkt erfassen

Ausatmen

Zielbild genau erfassen

Druck am Abzug kontrollieren

Atem anhalten

Zielbild optimieren

Druck am Abzug langsam erhöhen

Kornausschlag beobachten

Finger mit Kraft am Abzugsanschlag halten

Normale Atmung

regeneration

Abzug begleitet ganz loslassen