

# Aron Skytterklubb

## Nybegynnerkurs, tips & triks

### Riktig grep.

Riktig grep gir maksimal kontroll over våpenet og holder siktene riktig opp linjert. Det setter også skytteren i stand til å foreta avtrekk samtidig med at det korrekte siktebildet opprettholdes. Det er viktig at grepet er likt hver gang ellers vil det gi lett utslag på skyte resultatene.

- Våpenet plasseres godt inne i hånden.
- Tommelen og lillefinger skal **ikke** klemme rundt skjeftet.
- Klem rundt skjeftet med langfinger og ringfinger, og press våpenet inn i hånden. Avtrekksfinger skal ligge parallelt med pistolløpet.
- Plasser midten av pekefingerens ytterste ledd på avtrekkeren.
- Øvrige deler av pekefingeren skal ikke berøre skjeftet.
- Grepet skal være **fast**, men ikke krampaktig.
- Grepet skal være likt fra skudd til skudd.

Riktig grep gir korrekt siktebilde umiddelbart etter skuddløsning uten spesielle justeringer fra skytterens side. **Styrken** i grepet må være tilstrekkelig for å forhindre at våpenet glir eller at grepet må endres under skyting. Dette gjelder spesielt for serieskyting. Stor spredning ved presisjonskyting kan skyldes at grepet er for krampaktig, prøv å løsne litt på greps styrken og se om det hjelper.

#### *Grepets styrke må holdes konstant fra skudd til skudd.*

Variasjon i greps styrken medfører garantert større spredning i skuddbildet. I avfyringsfasen vil enhver forandring i greps styrken ha negativ innflytelse på siktebildet. Grepet skal være behagelig, selv etter langvarig skyting. Er det ubehagelig fører det til krampe og muskeltretthet.

For mye kraft i lillefingeren fører til at munningen senkes og man får lave skudd på skiven. For hardt press på ytterste tommelfingerledd medfører at skuddet forskyves i sideretning.

#### *Ved festing av grepet:*

Ikke korriger med hodet eller håndledd for å finne riktig siktebildet, men vri våpenet inne i hånden med ledig hånd i ønsket retning. Smi gjerne av skjeftet eller legg på formtre for å få det best mulig tilpasset deg.

#### *Trening av grepet:*

Ta tørravtrekk med riktig grep og hold hele tiden et skarpt øye med kornet. Beveger dette seg i avtrekksøyeblikket, må avtrekksfingerens posisjon justeres. Fortsett tørrtreningen til avtrekket kan gjennomføres uten at kornet beveger seg.