

Allgemeine Regeln zur Standortbestimmung

Schießtermin	22.03.-28.03.2021 (keine Wiederholungstermine)
Terminbekanntgabe	bis zum 21.03.2021
Ergebnisübermittlung	<u>direkt</u> nach dem Wettkampf (Scheiben oder Ausdruck mit Serien)
Vorbereitung & Aufwärmen	45 Minuten vor Wettkampfstart
Probeschießen	15 Minuten vor Wettkampfstart
Wertungsschießen	Wettkampfstart (Schüsse & Zeiten siehe unten)
Wertungsschüsse und Wettkampfzeiten	
<i>Schüler</i> (Jahrgang 2007 und jünger)	20 Schüsse 35min (Zuganlage) / 30min (Elektronik)
<i>Jugend</i> (Jahrgänge 2006 und 2005)	40 Schüsse 60min (Zuganlage) / 50min (Elektronik)
<i>Junioren</i> (Jahrgänge 2004 und älter)	60 Schüsse 90min (Zuganlage) / 75min (Elektronik)

Protokoll zur Standortbestimmung (22.03.-28.03.21)

Ablauf

- 30 Minuten *Vorbereitung* inkl. Aufwärmen und Schießausrüstung auf dem Stand auspacken
- 15 Minuten *Probeschießen*
- *Wettkampfschießen* (20/40/60 Schuss nach Jahrgang)

Datum	Name		
Persönliche Ziele			
Anzahl Probeschüsse	benötigte Schießzeit		
Serien	Gesamt		
Vorbereitung (Was hast du in der Vorbereitung gemacht? Wie hast du dich aufgewärmt? etc.)			
Umsetzung der Ziele (Wie lief es? Was lief gut, was lief schlecht? Was nimmst du für das Training mit? etc.)			

Eigene Bewertung der Technik (Persönliche Einschätzung)

	Technikelement	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Anschlag										
2.	Bewegungsablauf										
3.	Atmung										
4.	Zielen										
5.	Abziehen										
6.	Gesamtkoordination										

Bitte ankreuzen!

1 = weniger gut

10 = gut