

□ Пока дышу - стреляю ! J□

□ □ *Физкульт привет!* □ □

На этот раз дышим спокойно и стреляем □ как обычно – токомо ради релаксации, снятия стрессов и □ неуклонного совершенствования стрелковой и физической культуры! В этот раз никакого спорта -□ только физкультура 🙄

□ *Матчей □ и соревнований в эти выходные не □ будет □ 🙄*

□

□ **ВНИМАНИЕ:** Тренируемся стрелять активно и в движении, но □ не □ набегу (!) □ Пока лед не □ растаял - на огневой будет скользко, несмотря на нашу засыпку песком и гравием...

□ **План-график:**

Сбор □ отъезжающих □ от □ м.Алексеевская в 9.45 !

□ **Строим □ упражнения и готовим площадку.**

□ **10.50 Общее построение**

- · **Бедж/фейс контроль** - просьба всем иметь беджи !
- · **Новости и объявления** по Клубу
- · **Прием новых членов** Клуба

□ **ГОСТИ** уходят на брифинг и тест-стрельбу

□ **Курсанты** - в свой сектор

□

11.00 ПЕРВЫИ ВЫСТРЕЛ - общий самостоятельный разогрев стволов/разминка для членов Клуба и тренинг гостей и курсантов в своих отдельных группах.

□ · **- ИНТЕНСИВ «ТАКТИЧЕСКИИ ДРОБОВИК»** - только для членов Клуба

□ · **упражнения по падающим** - индивидуальное и по дуэльной стрельбе IPSC

□ **15.00** - Завершение тренировки

□

Новости по Клубу:

- · **Мы** вышли на дополнительную возможность стрелять из карабина на военном полигоне - но ТОЛЬКО в рабочие дни.

Тренировка 2 апреля 2011

Автор: Борис Пащенко
01.04.2011 10:15 -

- □

·А уже запланированный выезд на тренировку IPSC □ с нарезным карабином в воскресенье на другой □ полигон пока □ отменяется □ - □□ ждем подписи командира □ на □ разрешение стрельбы □ -□ возможно □ проведем там матчик / PSC

□

через □ неделю.

□

До □ встречи □ на тренировке !

□

Борис