

План тренировки 26 ноября в закрытом тире - Москва

«Пока есть чем дышать- стреляю!» - старинное изречение стрелков в подвальном тире...

Ж

Физкульт-привет!!

ЦЕЛИ «ПОДПОЛЬНОЙ» ТРЕНИРОВКИ с РУЖЬЁМ:

Я планирую разделить и «гостей» и «курсантов» на подгруппы по типу ружья и уровню подготовки и провести отдельные краткие семинары-тренинги для ружей разных типов:

1. Вепрь/Сайга - с коробчатым магазином «Класс Опен»

2. С трубчатым магазином - полуавтоматы и помпы «Класс Стандарт IPSC» и «Мануал IPSC»

С каждой подгруппой будет индивидуально работать опытный наставник - судья/инструктор IPSC нашего Клуба

При этом Группы обучения «ГОСТЬ IPSC» и «КУРС IPSC» проходят очередное занятие базисной техники Практической Стрельбы из ружья, включая короткие упражнения Норм ПРОШУТЕР и дуэли IPS
С .

ФАКУЛЬТАТИВ:

1) Динамическая стрельба из ружья в условиях плохой видимости, под стрессом и физической нагрузкой в движении.

ВНИМАНИЕ! - Трубчатые !

- **ФАЛЬШПАТРОН** у кого есть - берите с собой фальш-патроны для отработки способов подзарядки трубчатого магазина - холощения в учебных классах. Если своих фальшпатронов нет - не проблема - инструкторы поделятся.

- **СПИДСТРИПЕРЫ** - У кого есть - берите спец патронташи для быстрой подзарядки - спидстриперы и проч. современную экипировку. У кого нет - можете спросить и заказать у Марата

тел 8 903 010 53 82

НАЧАЛО – Время Сбора: 12.00 - у Центрального входа в тир.

В самом тире можно переодеться для стрельбы хоть в ниндзя... **И** там весьма тепло – экипируйтесь соответственно.

Регистрация - Переодеваемся, экипируемся.

Расчехляемся только по общей команде □ Руководителя тренировки в "Зоне □ Безопасности"!

12.30 - □ *Общее построение Групп **ГОСТЬ** и **КУРС** и **ТРУБА** - расходимся по разным помещениям и работаем, каждая подгруппа со своими инструкторами.*

ХОЛОЩЕНИЕ - укладка оружия, стабильные стойки, смена □ стрелковых позиций, стрельба из □ неудобного положения, подзарядки, передвижение с оружием □ и т.д.

13.00 □ - ***Первый выстрел*** □ -

стреляем до 17.30 без □ перерывов

В конце тренировки нужно собрать и вынести за собой ГИЛЬЗЫ!

4 часа практической стрельбы: интенсивный тренинг с нашими клубными инструкторами - стреляем элементы на основе упражнений ПРО ШУТЕР

Факультатив стрессовые сценарии: берите фонари, ЛЦУ - будем делать короткое упражнение в темноте.

Патроны - мелкая дробь не крупнее 5

Расход патронов на тренировку: около 75 патронов

ЭКИПИРОВКА от Марата - Наш инструктор Марат привезет в тир полезные элементы стрелковой экипировки на продажу. <http://www.shooter-man.ru/> Если у кого есть заказы заранее - свяжитесь с ним до воскресенья - он привезет, что вам нужно. Все вопросы к нему по sutaev@mail.ru тел [81251234567](tel:81251234567)

8 903 010 53 82

ФОТО - ВИДЕО - как обычно - нужна фотохроника нашей стрелковой жизни даже в подвале - побольше динамики и художественных кадров - высылайте мне ссылки на ваш отснятый материал в виде ссылок !

На связи ...

Ваш, Борис

Пащенко