

Äusserer Anschlag

Unter äusserem Anschlag versteht man die Lage des Körpers und dem Gewehr, wie sie von aussen beobachtet werden kann.

Die Anatomie von uns Menschen ist sehr unterschiedlich. Deshalb ist es schwierig Anschläge von Weltmeistern zu kopieren. Jeder Schütze muss seinen eigenen optimalen Anschlag suchen. Daraus kann er das Haltevermögen erarbeiten.

Der äussere Anschlag ist von aussen sichtbar und von folgenden Faktoren abhängig:

Anatomie: Jeder Körperbau weist unterschiedliche proportionale Verhältnisse auf, welchen der Schütze in einer möglichst optimalen Statik gerecht werden muss.

Physiologie: Atemvolumen und Blutkreislauf sind von Schütze zu Schütze unterschiedlich.

Reglemente: Die Richtlinien der ISSF sind verbindlich.

Kondition: Konditionelle Fähigkeiten im Kraftausdauerbereich prägen den äusseren Anschlag eines Schützen. Es ist auf einen möglichst kräfte sparenden Bewegungsablauf zu achten.