

# Lasse går til riffel- skydning





Første gang du kommer til skydning, vil du blive modtaget af en træner, som viser dig rundt.



SKIVER  
10STK  
5,-





# Motion og skydning

Husk at motionere mindst en halv time om dagen, både for din egen skyld, men også for at være god til at skyde.



tur med hunden

slå  
græsset

Har du en god kondi, kan du bedre koncentrere dig, og du kan sigte i længere tid.

cykle  
en tur



# Kost og skydning

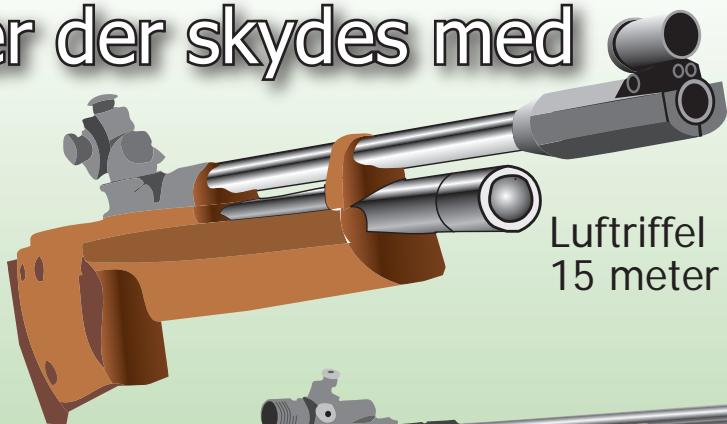


Din daglige kost skal være sund og nærende.



Spis sundt og varieret. 1 time før du skal skyde, skal du kun drikke lidt vand, og hvis du er sulten, så spis en banan eller nogle rosiner. Efter skydningen må du spise hvad du vil.

# Rifler der skydes med



Luftriffel  
15 meter



Riffel cal. .22 - kortdistance,  
15 m, 50 m og terræn

Riffel cal. 6,5  
- langdistance,  
200 og 300 meter,  
samt terræn

**HUSK** altid  
høreværn  
på banen

Kammeret på riflen



sig

Hus  
sikker  
når  
skyd  
ri

E  
sig

# Sådan bærer du din riffel

Forreste  
gtemiddel

Piben

sk altid  
heds pløk  
du ikke  
ler med  
flen.

Skæftet

Bageste  
temiddel

Aftrækker

Pistolgreb

Lås

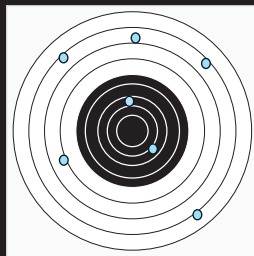
Kindpude

Kolbekappe

Projektilet i piben

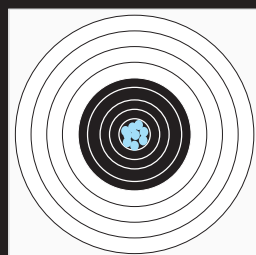
Husk at rengøre  
din riffel

Beskidt riffel



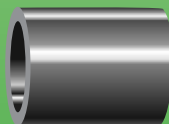
Stor spredning

Ren riffel

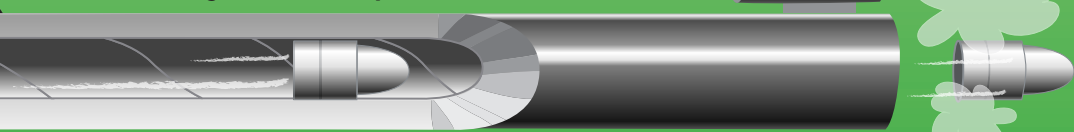


Samlede skud

Få din træner til  
at hjælpe dig



Krudtrøg



# Hvilket øje sigter du med?

Når tommeltot ikke flytter sig, når du lukker det ene øje, så skal du sigte med det øje, som du ser med!

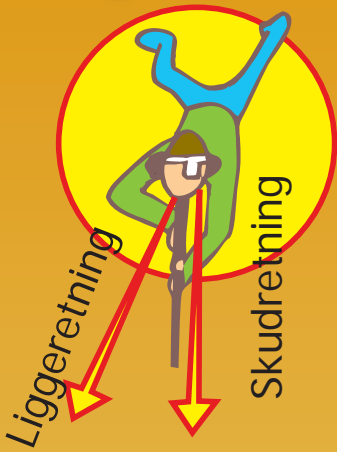


Pandebånd og klap  
for det øje, du  
**IKKE** sigter  
med  
**HUSK**  
høreværn  
inden du går  
på skydebanen





# Sådan finder du skydestillingen



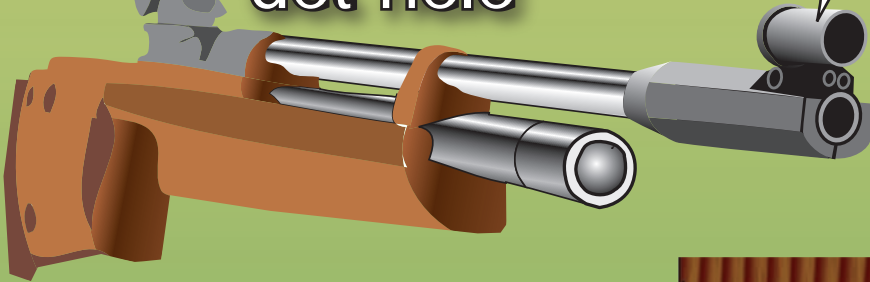
Sådan ser det BAGESTE sigtemiddel ud, når du kigger igennem det.



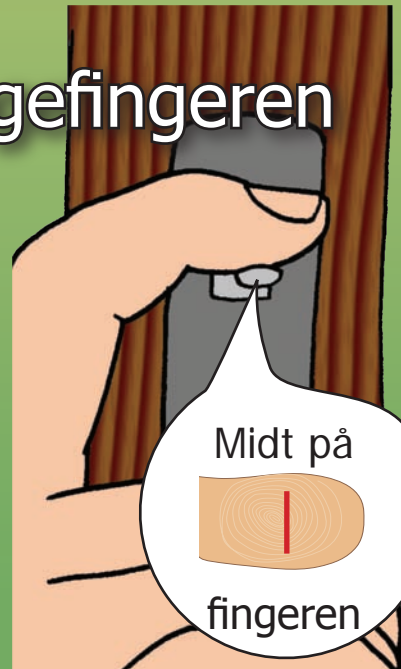
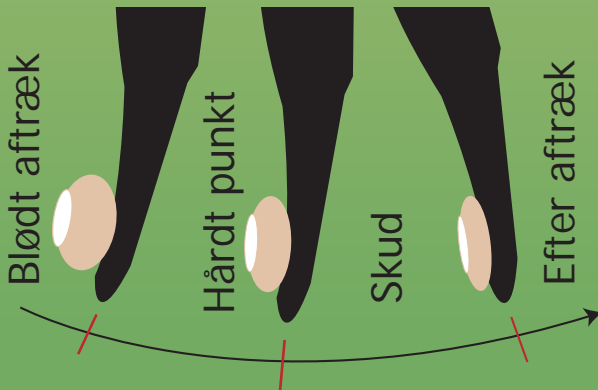
Sådan ser det FORRESTE sigtemiddel ud, når du kigger igennem det.



Skive/pletten skal stå i midten af det hele



Her sætter du pegefingeren på aftrækkeren



# Få godkendelse af træneren til at skyde!



Hvis du bliver nødt til at forlade banen, så ræk hånden op, så træneren kan se det, og sæt sikkerhedspløk i riflen.

Put patron i riflen, nu kan du skyde!



Husk at trække vejret hele tiden, indtil du begynder at klemme på aftrækkeren på det hårde punkt



Husk at kontrollere og få din træner til at kontrollere dit våben, og husk at sætte sikkerhedspløkken i riflen igen!  
Ryd op efter dig!





1	<i>[Handwritten Name]</i>	
2	<i>[Handwritten Name]</i>	
3	<i>[Handwritten Name]</i>	
4	<i>[Handwritten Name]</i>	
5	<i>[Handwritten Name]</i>	
6	<i>[Handwritten Name]</i>	
7	<i>[Handwritten Name]</i>	
8	<i>[Handwritten Name]</i>	
9	<i>[Handwritten Name]</i>	

Skydning er en idræt som hele familien kan deltage i. Børn skyder i opdelte klasser op til 14 år. Junior i gruppen 14-20 år. Voksne i gruppen 21-55 år. Veteran 55 år og opefter. Åbenklasse er for alle. Du kan læse meget mere på [www.skytten.dk](http://www.skytten.dk)

Tegninger Allan Buch  
Tilrettelæggelse Tommy S. Haun  
Tryk Prinfo Kolding  
DDS varenr. 1800011