



Compétences à travailler pour « Cible Blanche »

Notion de Progression et de Plaisir

Respecter les règles

Pendant la manipulation de l'arme le canon doit toujours être dirigé sur les cibles
Le doigt le long du canon

Découverte les premiers éléments techniques

1. La position – Prise de l'arme

- Pied parallèles et écartement sensiblement à la largeur des épaules
- Perculairement à la cible
- Axe du corps droit (pas en arrière ou en avant) simple et équilibré de face et de profil
- S'assurer que l'arme en sécurité
- Prendre l'arme main gauche puis main droite
- Doigt le long du canon

2. L'Appui

- Aide à porter l'arme, plus facile
- Branche support du U à hauteur des épaules pour le Pistolet
- En arrière de la bouteille
- Base du U à hauteur des épaules pour la carabine
- En avant du pontet
- Arme au milieu du U

3. La visée

- Découvrir les termes : guidon, iris, cran de mire
- Le tireur voit le guidon à l'intérieur de l'iris ou du cran de mire
- Il doit essayer de le maintenir centré dans une zone de visée large
- Découvrir le cache œil

4. Lâcher

- Une fois en visée le tireur pause son index sur la queue de détente avec précaution
- Il exerce une pression lente pour ressentir une résistance (point dur) sans faire partir le coup
- Il continue pour faire partir le coup