

## **Ammunnankoulutuksen ohjelma**

### **Lauantai: paikkana Iso-Pöly**

#### **14:00 – 15:00 Ase Patruunat**

- sopivuus, käynti, niihin vaikuttavat tekijät

#### **15:00 – 16:00 Aseen huolto**

- puhdistus, sen merkitys

16:00 – 16:15 tauko

#### **16:15 – 16:45 Kohdistus**

- siirrot

16:45-17:30 Päivällinen

#### **17:30 – 19:00 Asennon haku**

- tsekkaukset, toimivuus
- Asentoon meno

#### **19:00 – 21:00 Ammunnan kulku**

- Kuivaharjoittelu ja sen merkitys
- Ammunnat yleensä
- Ammuntaharjoittelun jaksotus

### **Sunnuntai:**

#### **8:30 – 9:00 Asentojen painealueet (Iso-Pöly)**

- aseiden painealueet

#### **9:00 – 9:30 Mentaalinen harjoittelu (Iso-Pöly)**

#### **10:00 – 11:30 Ammuntatekniikat käytännössä (Ampumapenkki)**

11:30 – 12:30 Lounas

**12:30-14:00 Ammuntatekniikat käytännössä jatkuu.**