

## Упражнение №1. "Туда и обратно"

---

**Тип упражнения:** среднее.

**Тип подсчёта очков:** комсток.

**Мишени:** 6 IPSC, 1 Pp, 1 NS.

**Минимум выстрелов:** 13.

**Максимум очков:** 65.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит на отметке, расслабленно, лицом в сторону мишеней.

**Положение оружия:** оружие полностью заряжено, в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени в свободном порядке, не покидая зону отмеченную штрафными линиями.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

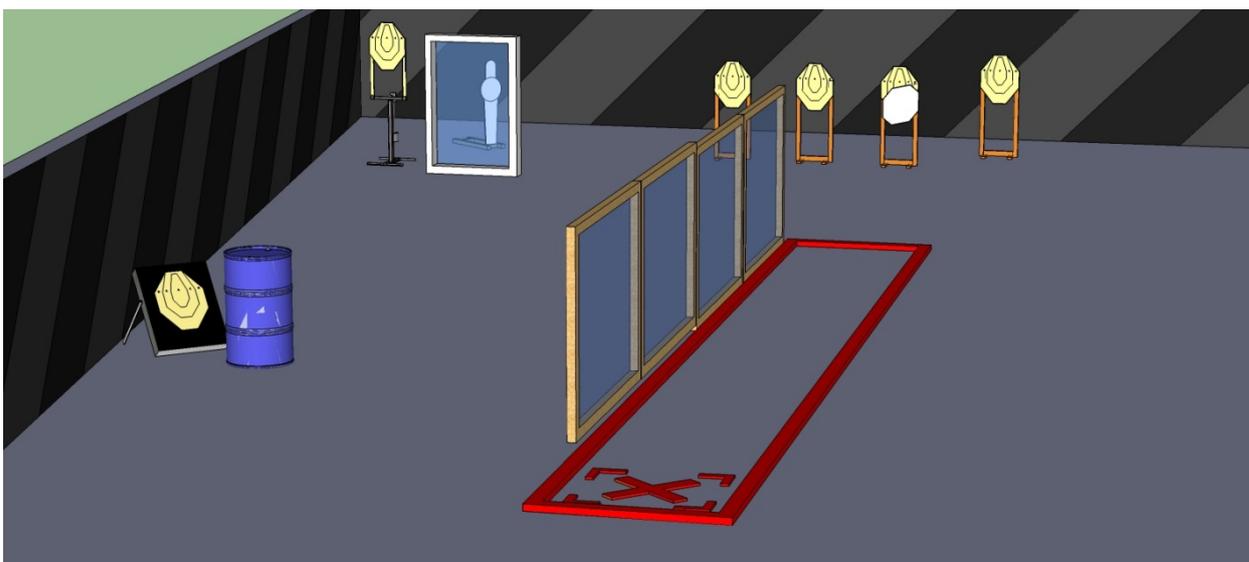


Схема упражнения №1. "Туда и обратно"

## Упражнение №2. "Засада"

---

**Тип упражнения:** короткое.

**Тип подсчёта очков:** комсток.

**Мишени:** 9 РР.

**Минимум выстрелов:** 9.

**Максимум очков:** 45.

**Стартовая позиция:** стрелок лежит расслабленно на кровати, лицом к стене. Руки на отметках.

**Положение оружия:** оружие заряжено, на отметке.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени в свободном порядке, не покидая кровать и не касаясь пола.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

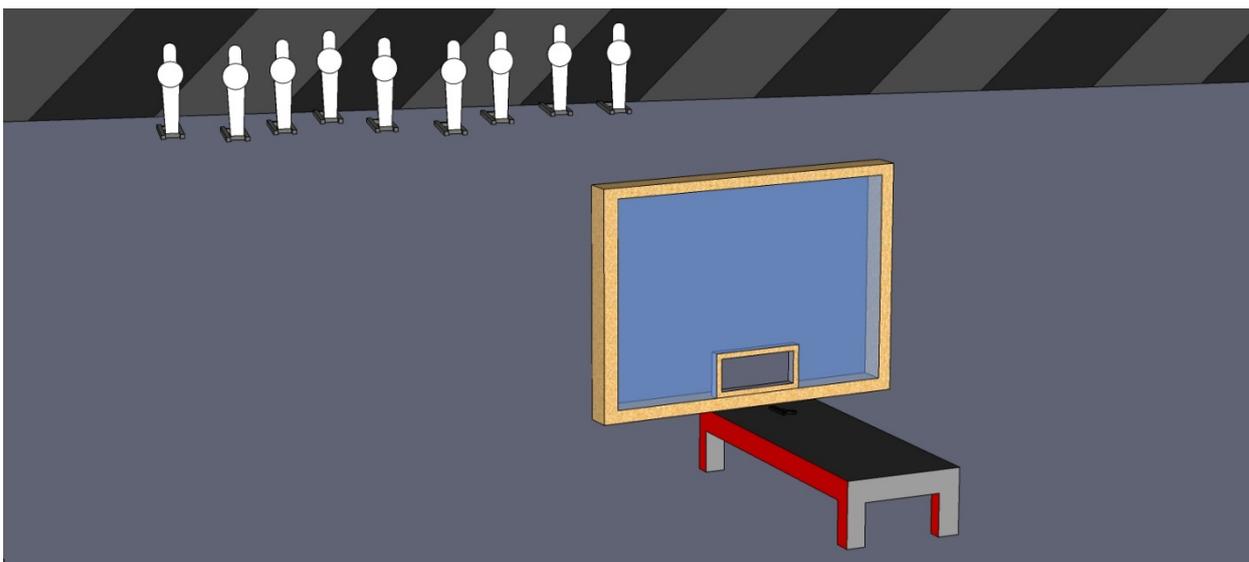


Схема упражнения №2. "Засада"

## Упражнение №3. "Вспышка"

---

**Тип упражнения:** среднее.

**Тип подсчёта очков:** комсток.

**Мишени:** 5 IPSC, 1 NS.

**Минимум выстрелов:** 10.

**Максимум очков:** 50.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит на отметке лицом к мишеням, расслабленно.

**Положение оружия:** оружие заряжено, патронник пуст, в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени, не пересекая штрафные линии.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

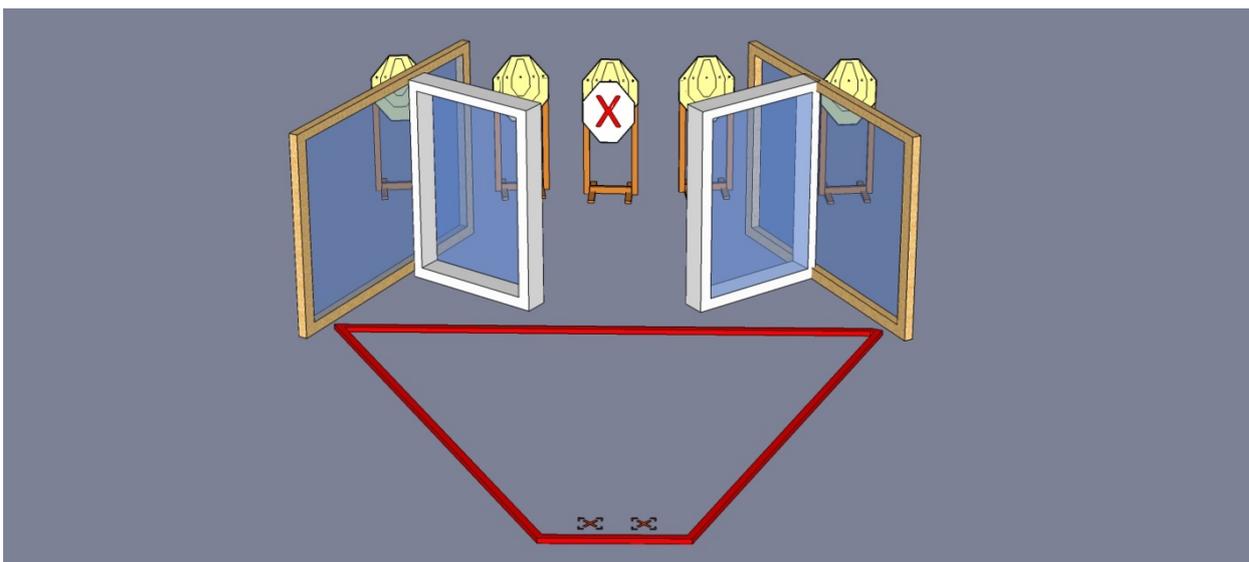


Схема упражнения №3. "Вспышка"

## Упражнение №4. "Просветы"

---

**Тип упражнения:** среднее.

**Тип подсчёта очков:** комсток.

**Мишени:** 5 IPSC, 2 PP.

**Минимум выстрелов:** 12.

**Максимум очков:** 60.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно, ладонями касаясь отметок, лицом к мишеням.

**Положение оружия:** оружие заряжено, в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени в свободном порядке, не покидая зону, отмеченную штрафными линиями.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

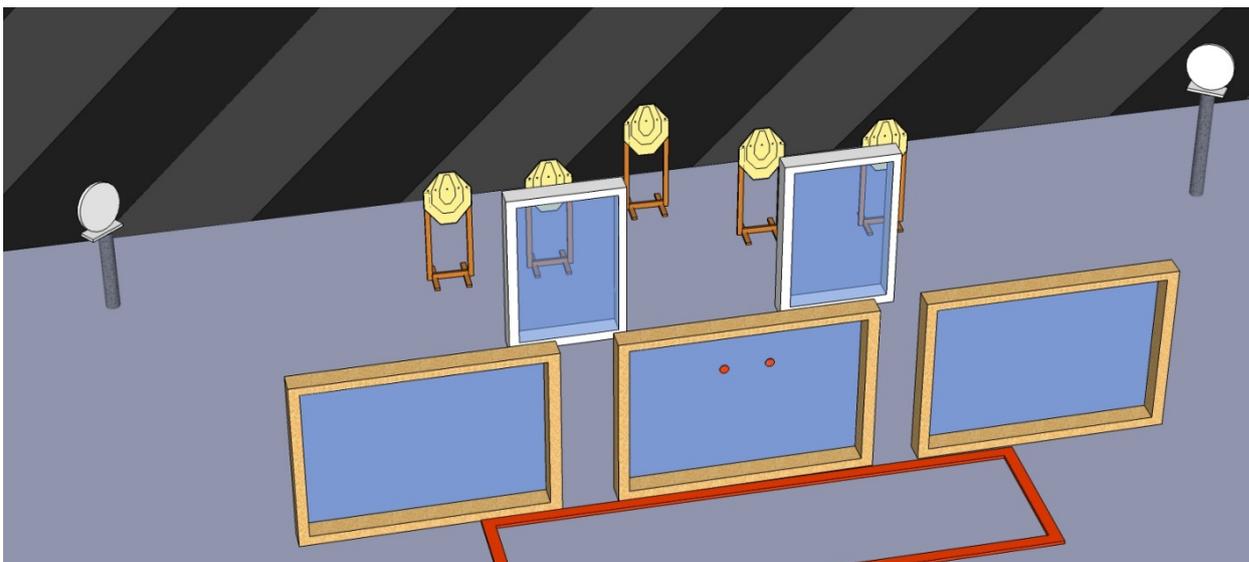


Схема упражнения №4. "Просветы"

## Упражнение №5. "Продираясь насквозь"

---

**Тип упражнения:** длинное.

**Тип подсчёта очков:** комсток.

**Мишени:** 8 IPSC, 3 PP, 1 NS.

**Минимум выстрелов:** 19.

**Максимум очков:** 95.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно на отметке, лицом к мишеням.

**Положение оружия:** заряжено, в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени, не покидая зоны, отмеченной штрафными линиями.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

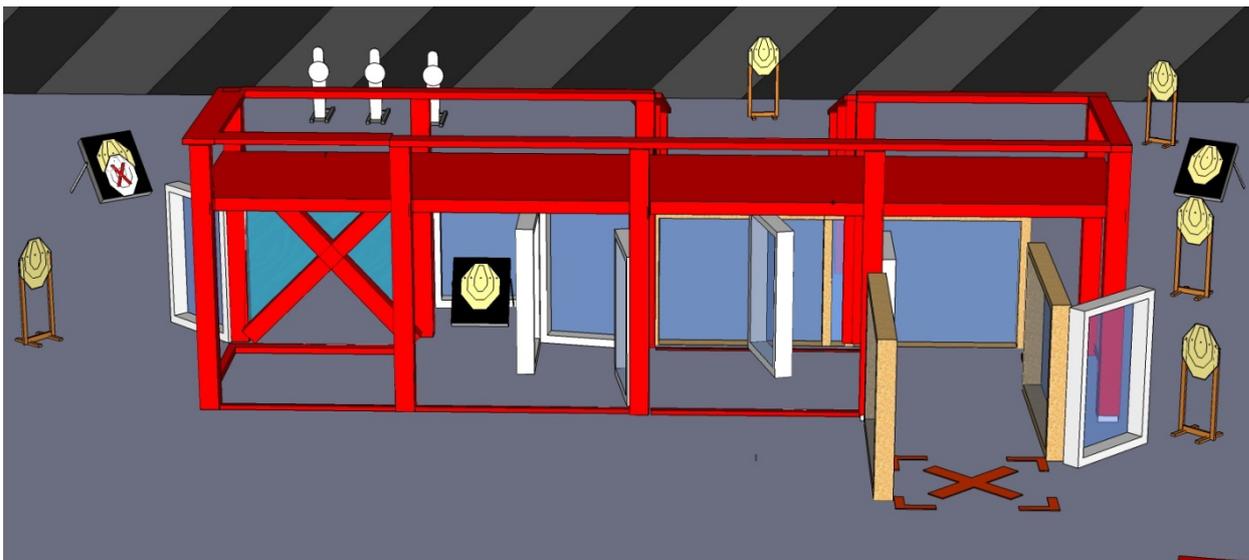


Схема упражнения №5. "Продираясь насквозь"