

## Упражнение 1.

**Тип упражнения:** длинное.

**Мишени:** 11 картонных мишеней, 8 попперов, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 30

**Максимум очков:** 150.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, касаясь отметки.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

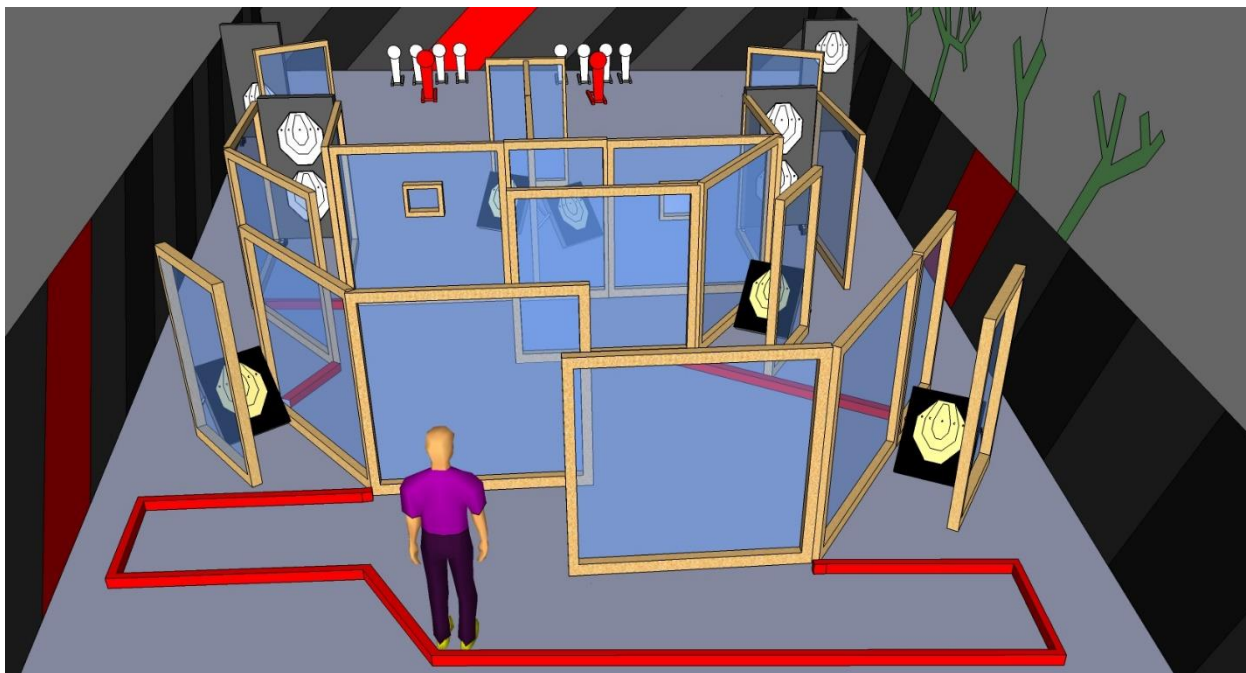


Схема упражнения №1.

## Упражнение 2.

**Тип упражнения:** среднее.

**Мишени:** 7 картонных мишеней, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 14.

**Максимум очков:** 70.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно, слабой рукой касаясь отметки, (как покажет судья), лицом в сторону мишеней.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрона в патроннике нет), в кобуре.

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

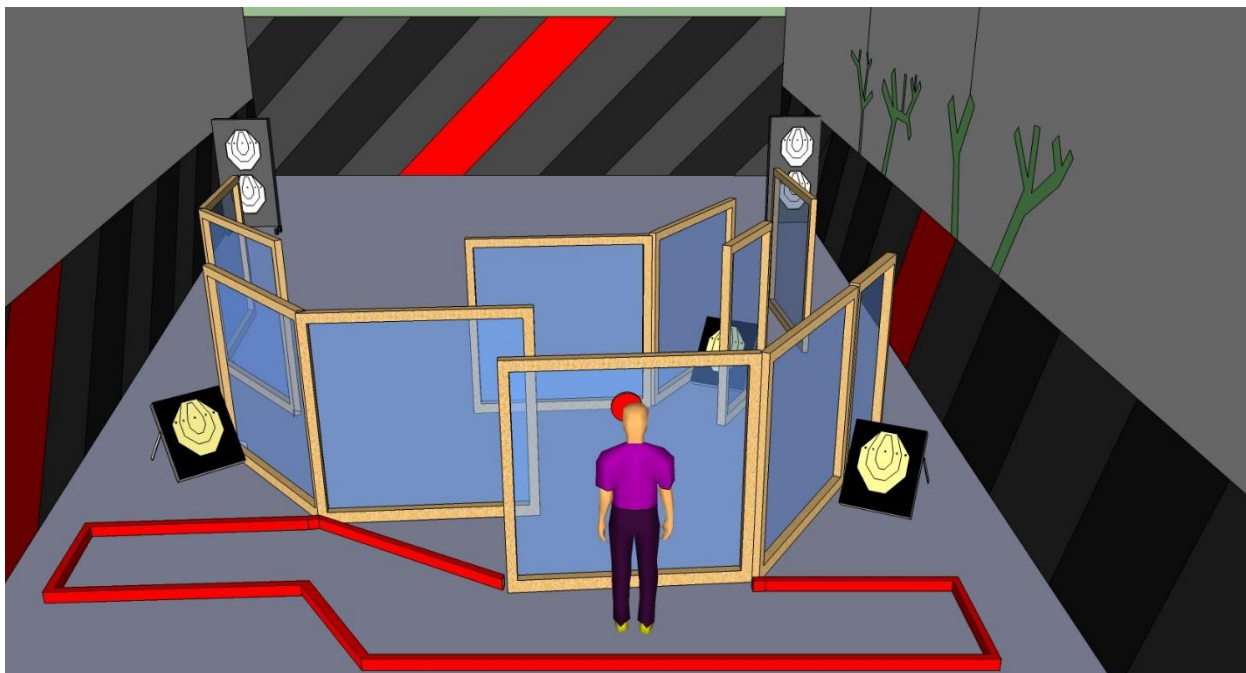


Схема упражнения №2.

### Упражнение 3.

---

**Тип упражнения:** среднее.

**Мишени:** 4 картонных мишени, 6 попперов, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 14.

**Максимум очков:** 70.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), касаясь отметки, лицом в сторону мишеней.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

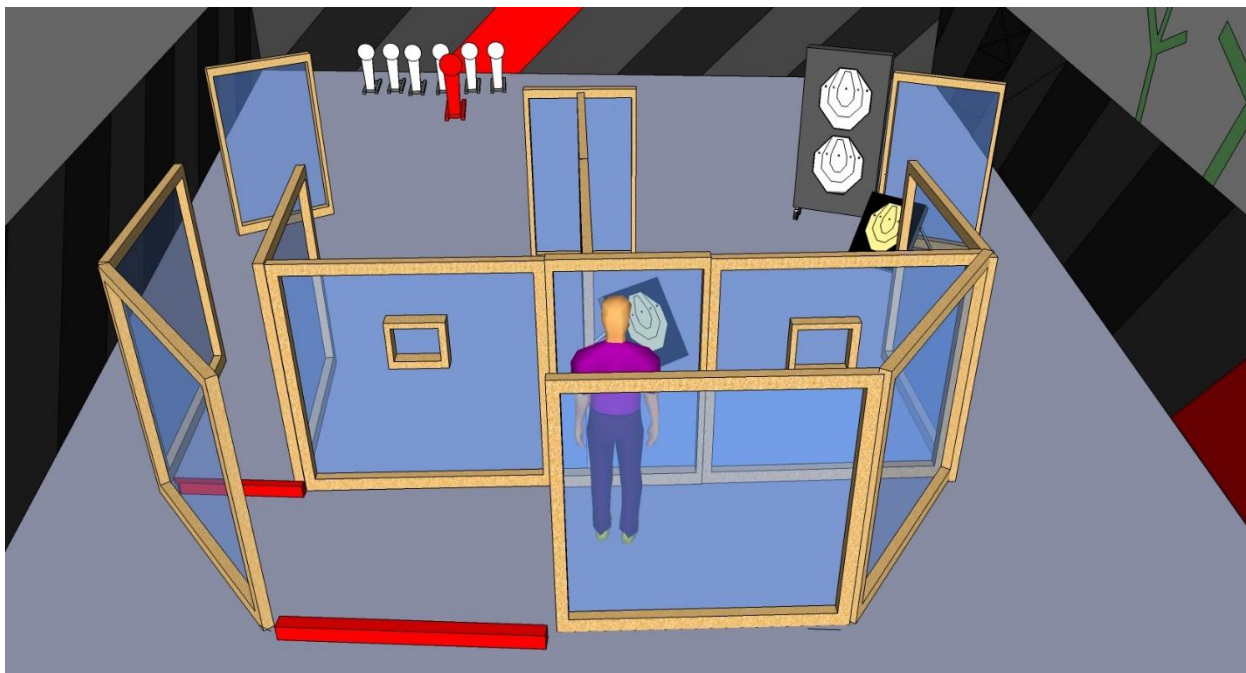


Схема упражнения №3.

## Упражнение 4.

**Тип упражнения:** длинное.

**Мишени:** 10 картонных мишеней, 5 попперов, 1 металлическая тарелка, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 26

**Максимум очков:** 130.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), одной ногой касаясь отметки, лицом в сторону мишеней.

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

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

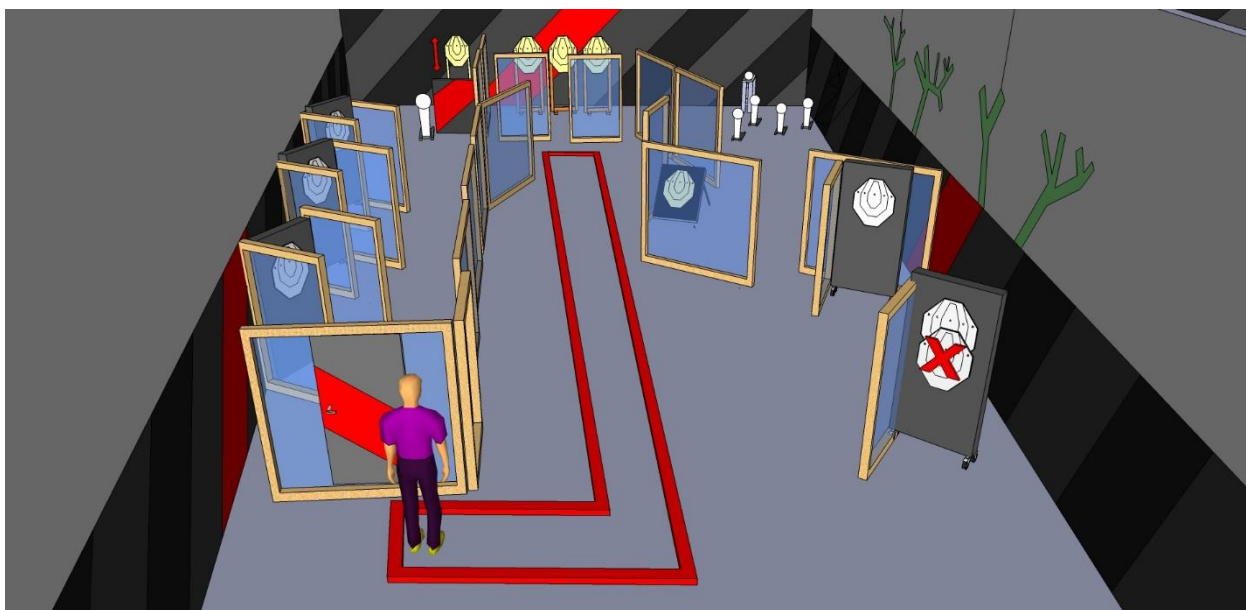


Схема упражнения №4.

## Упражнение 5.

**Тип упражнения:** короткое.

**Мишени:** 5 картонных мишеней, 3 поппера, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 13

**Максимум очков:** 65.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, касаясь любой ногой отметки.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

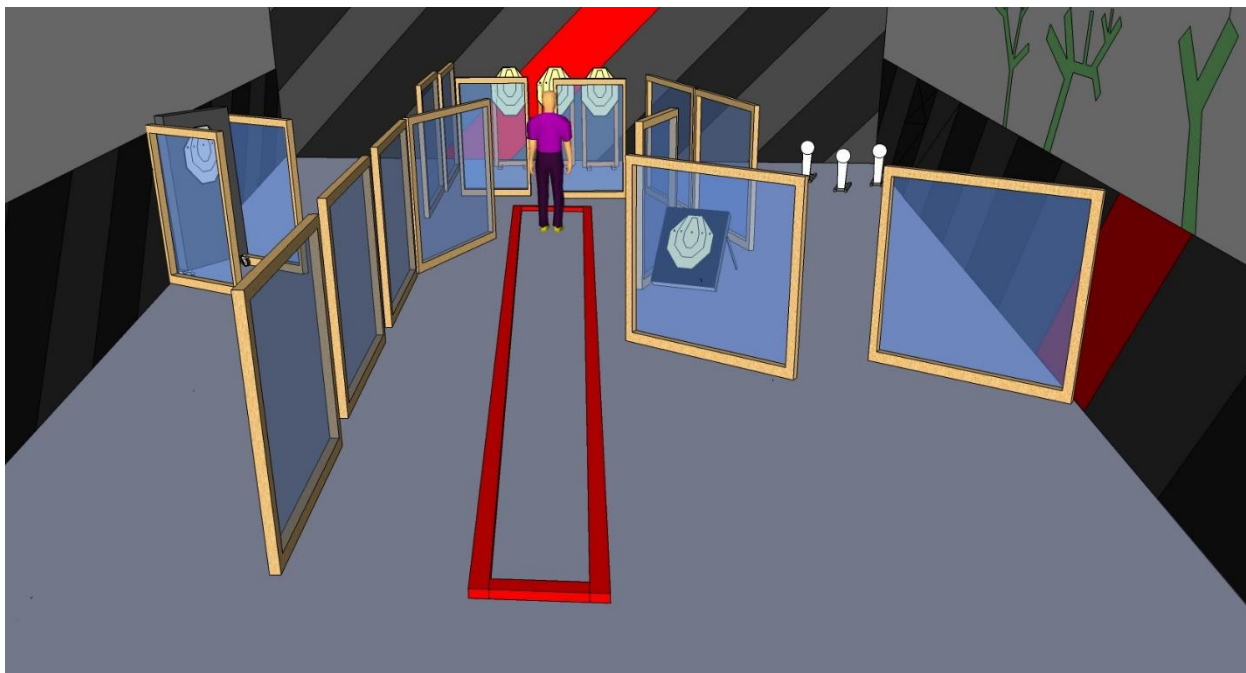


Схема упражнения №5.

## Упражнение 6.

**Тип упражнения:** короткое.

**Мишени:** 4 картонных мишени, 4 поппера, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 12.

**Максимум очков:** 60.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, касаясь одной ногой отметки.

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

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

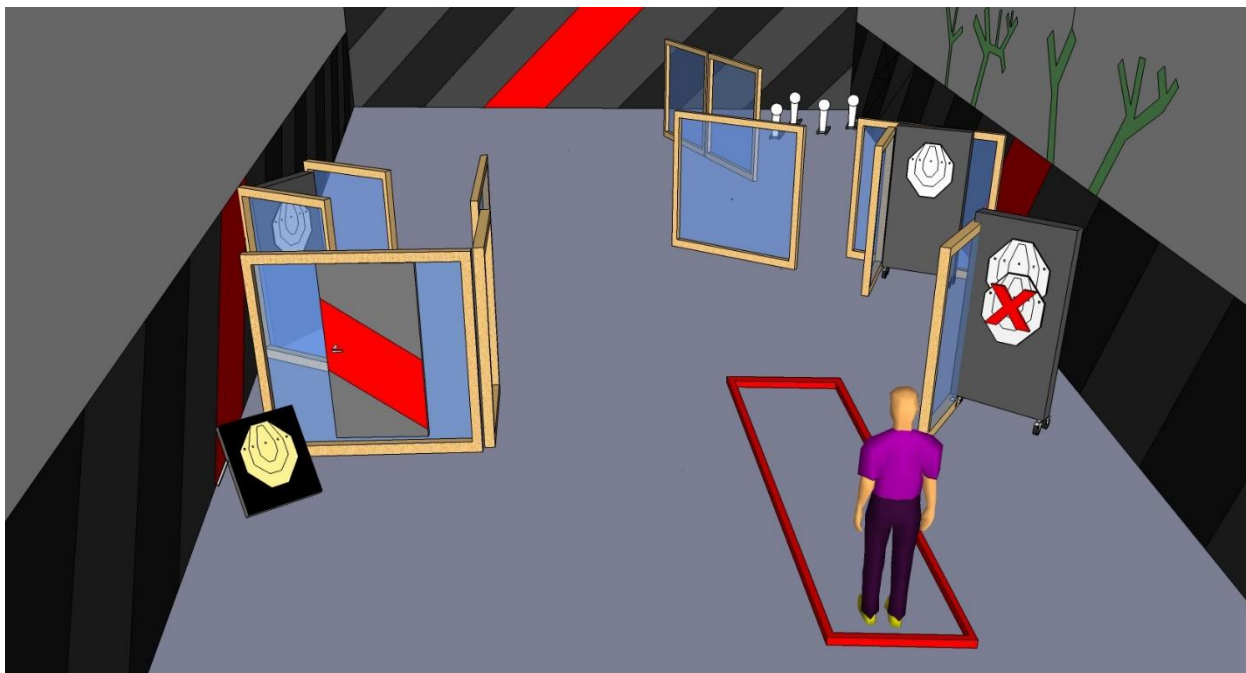


Схема упражнения №6.

## Упражнение 7.

**Тип упражнения:** длинное.

**Мишени:** 14 картонных мишеней, 2 поппера, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 30.

**Максимум очков:** 150.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслаблено (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, в любом месте.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

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

**Углы безопасности:** 180 градусов.

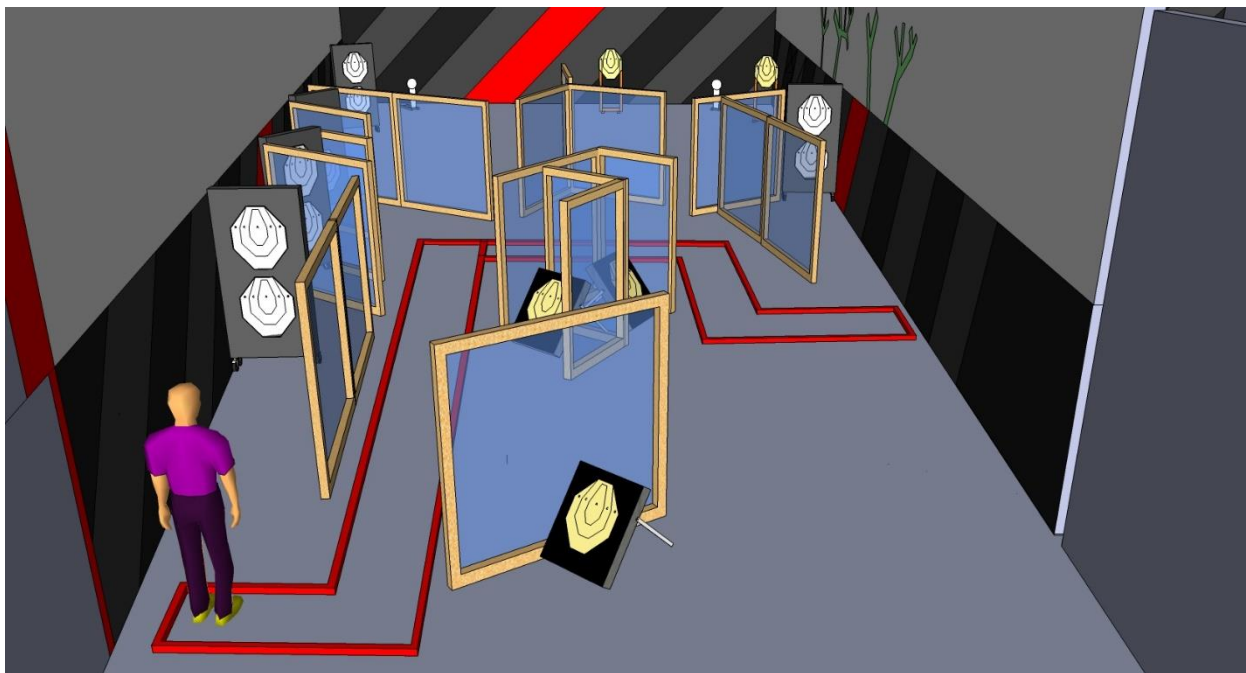


Схема упражнения №7.

## Упражнение 8.

**Тип упражнения:** среднее.

**Мишени:** 5 картонных мишеней, 4 поппера, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 14.

**Максимум очков:** 70.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), одной ногой касаясь отметки, лицом в сторону мишеней.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени, не выходя за пределы штрафных линий.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

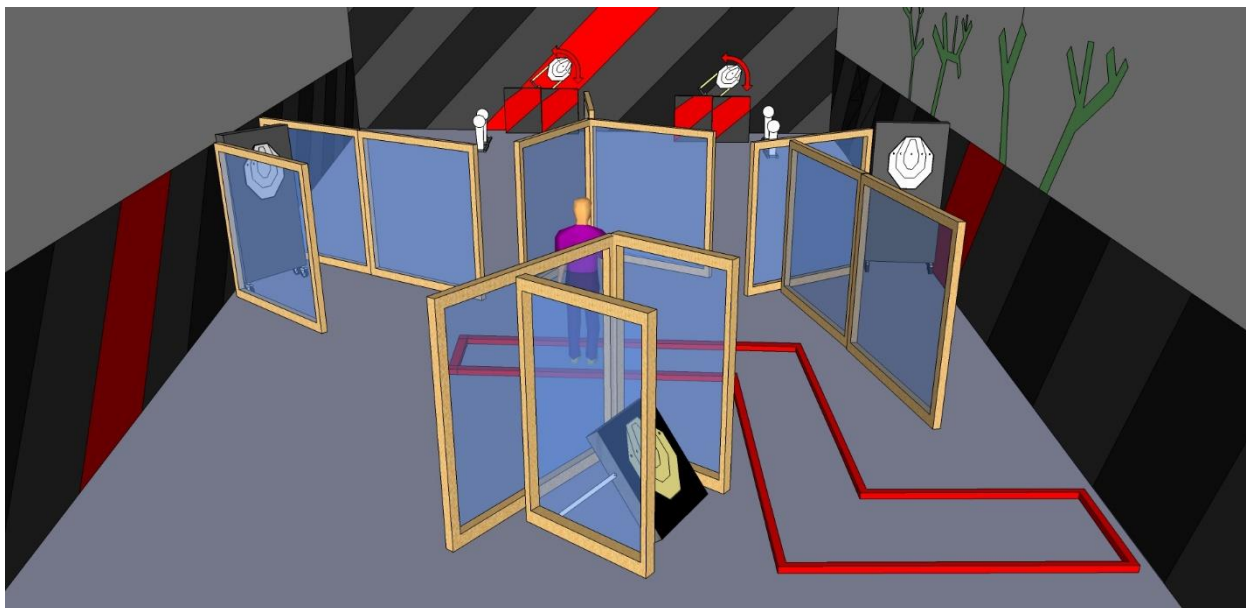


Схема упражнения №8.



## Упражнение 9.

**Тип упражнения:** короткое

**Мишени:** 5 картонных мишеней, 1 поппер, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 11

**Максимум очков:** 55

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, касаясь отметки.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени, **сильной рукой**, не покидая пределы штрафных линий.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

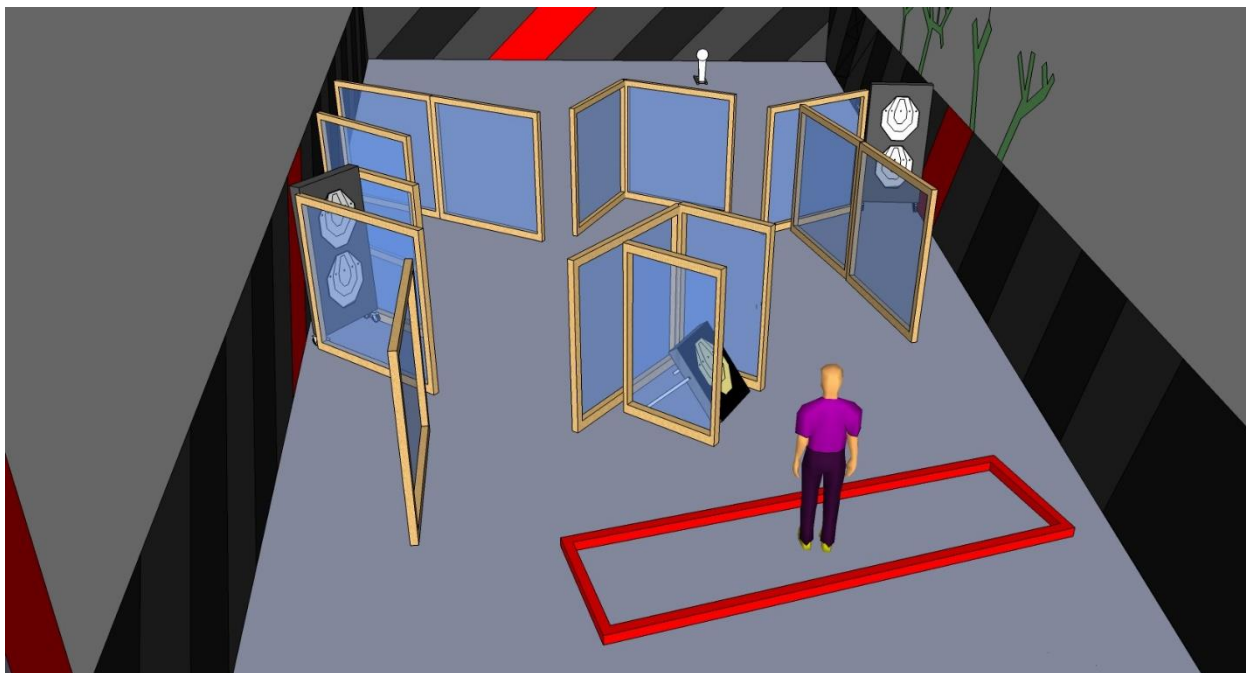


Схема упражнения №9.

## Упражнение 10.

**Тип упражнения:** среднее.

**Мишени:** 10 картонных мишеней, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 20

**Максимум очков:** 100

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, касаясь одной ногой отметки.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени в свободном порядке, не покидая пределы штрафных линий.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

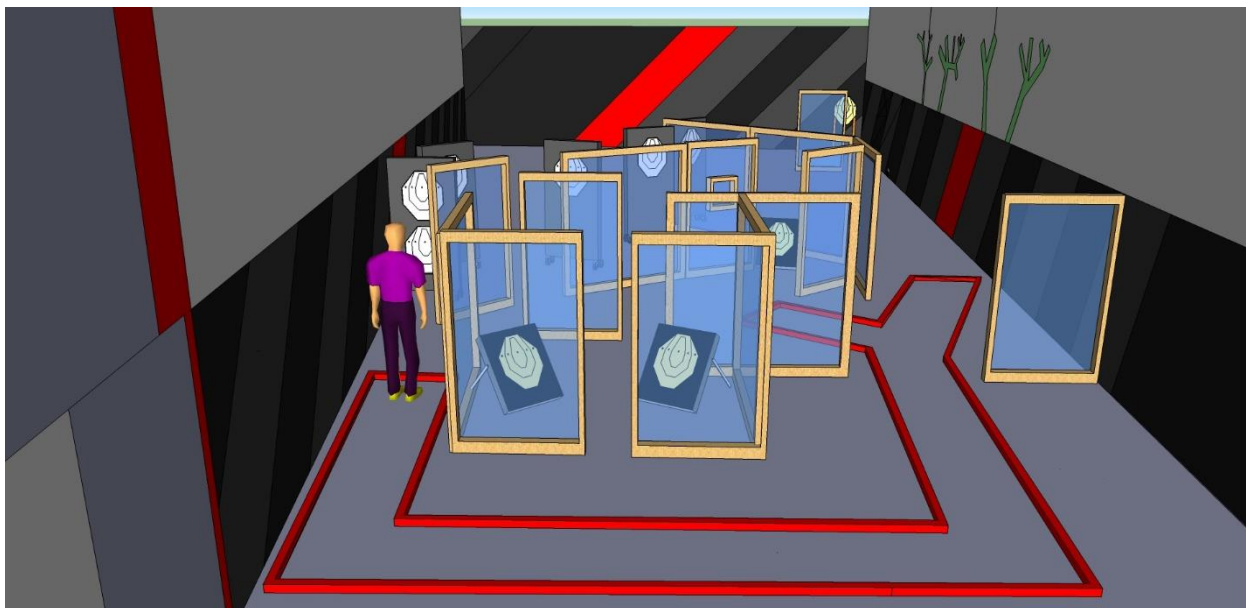


Схема упражнения №10.

## Упражнение 11.

**Тип упражнения:** короткое

**Мишени:** 6 картонных мишеней, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 12.

**Максимум очков:** 60.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, ногами касаясь отметки.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала, необходимо поразить все мишени в свободном порядке.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

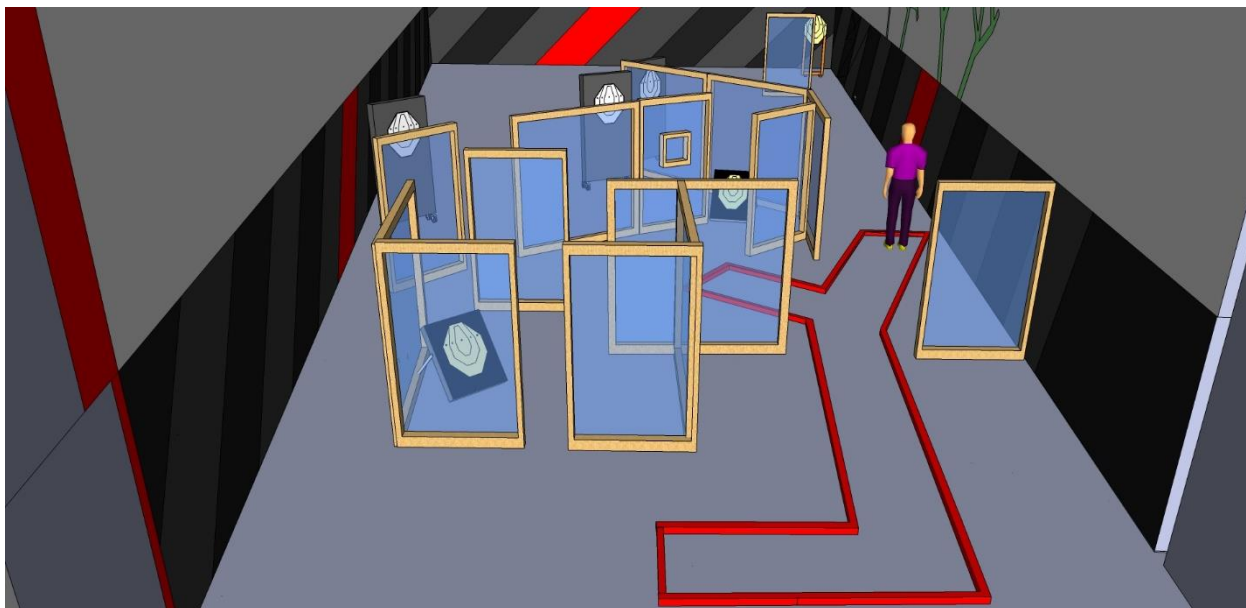


Схема упражнения №11.

## Упражнение 12.

**Тип упражнения:** среднее.

**Мишени:** 4 картонных мишени, 6 попперов, несколько штрафных мишеней.

**Минимум выстрелов:** 14.

**Максимум очков:** 70.

**Стартовая позиция:** стрелок стоит расслабленно (как покажет судья), лицом в сторону мишеней, в любом месте.

**Положение оружия:** оружие заряжено (патрон в патроннике), в кобуре.

**Процедура выполнения:** после стартового сигнала необходимо поразить все мишени в свободном порядке, не покидая пределы штрафных линий.

**Углы безопасности:** 180 градусов.

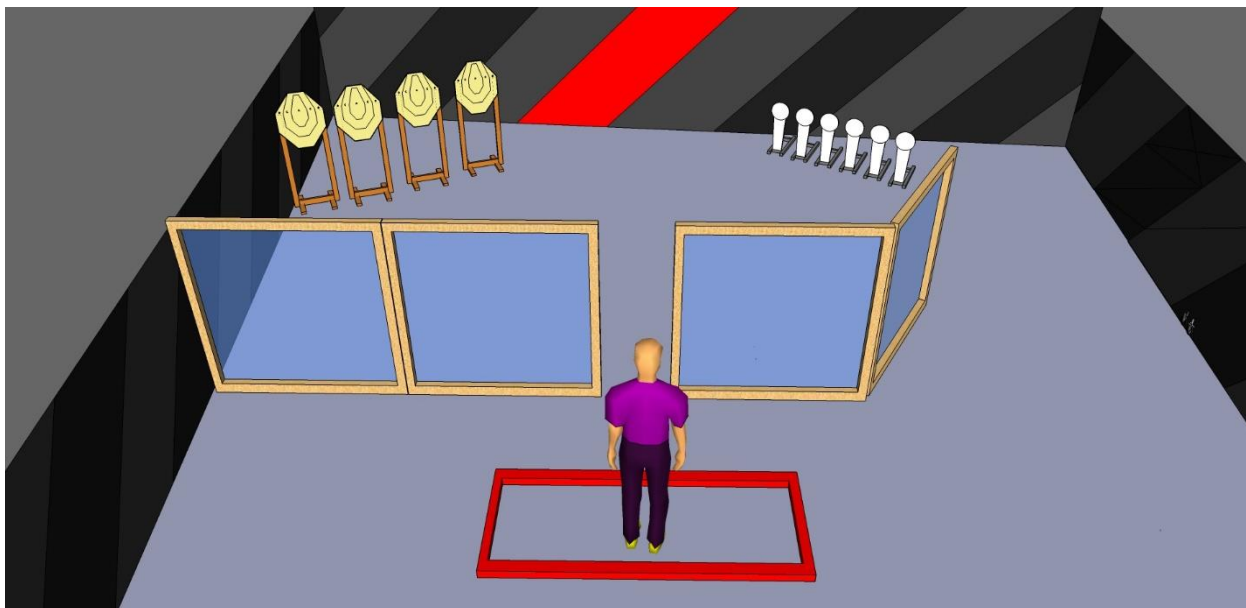


Схема упражнения №12