

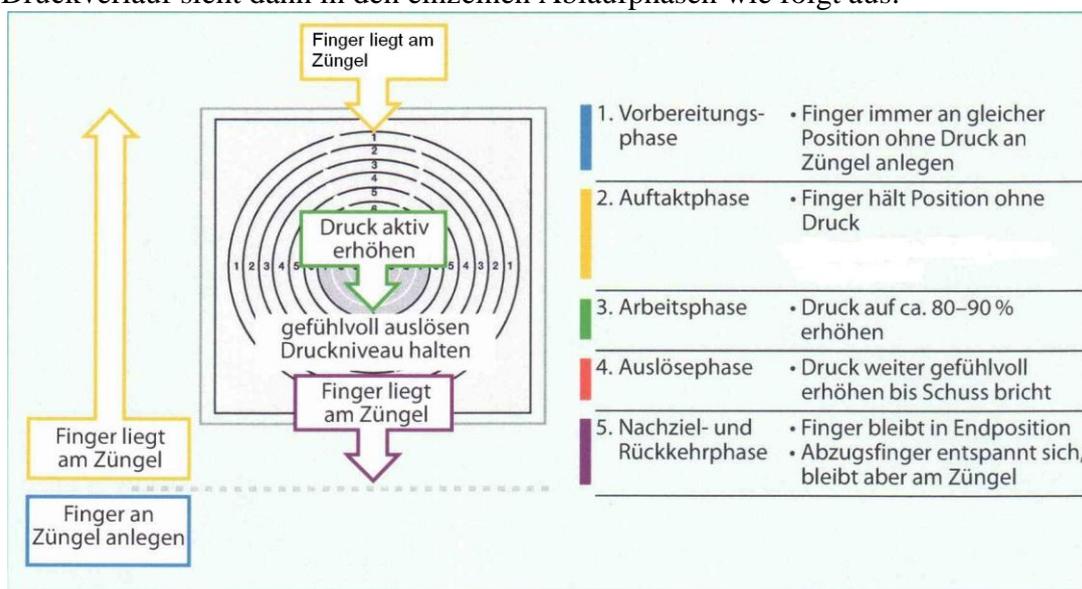
Der Druckverlauf beim Stecherabzug (Freie Pistole)

Optimales Abziehen heißt: den Druck am Abzug so zu verstärken, dass die Waffe beim Auslösen des Schusses nicht aus ihrer Lage gebracht wird.

Dazu sollte das erste Fingerglied des Abzugsfingers gerade auf die Mitte des Züngels und in Richtung der Laufachse, nach hinten drücken. Das zweite Fingerglied liegt nicht an der Waffe an.

Der Druckverlauf unterscheidet sich zum Druckpunktabzug darin, dass natürlich die Druckpunktnahme entfällt.

Der Druckverlauf sieht dann in den einzelnen Ablaufphasen wie folgt aus:



Das Abzugsgewicht sollte immer so gewählt und auf die individuelle Sensibilität des Schützen abgestimmt sein, dass der Sportler den Finger an den Abzug legen kann ohne Angst haben zu müssen, dass der Schuss zu früh bricht.

Im Anfängerbereich sollte man durchaus mit Abzugsgewichten zwischen 80 und 120 g beginnen. Als Wettkampfgewicht sind 30 bis 50 g anzustreben. Hier sei nochmals darauf hingewiesen, dass der Schütze ein **sicheres Gefühl** bei der Kontaktaufnahme zum Abzug haben muss. Die Zahlen sind nur Anhaltswerte. Das Gefühl ist ausschlaggebend.

Soll das Abzugsgewicht reduziert werden, z.B. von 80 g auf 40 g, so sollte dies niemals in einem Stück gemacht werden. Als Faustregel gilt hier: 10% pro Trainingswoche (3 Trainingseinheiten). Im o. g. Fall hieße das: in der 1. Woche Reduktion um 8 g auf 72 g, in der 2. Woche Reduktion um 7 g auf 65 g usw. Für solche Einstellungen ist eine feine Messuhr erforderlich. Beim Einstellen kommt es natürlich nicht auf 1 g mehr oder weniger an, aber der Schütze soll sich langsam an das niedriger werdende Abzugsgewicht gewöhnen können. Verringert man das Abzugsgewicht auf einen Schlag zu sehr, geht das Sicherheitsgefühl am Abzug verloren. Die Folge ist dann ein zögerlicher und ängstlicher Druckverlauf und ein sauberes Auslösen wird nahezu unmöglich.

Damit ist auch die Antwort auf den häufig zu hörenden Irrglauben „Je niedriger das Abzugsgewicht, umso sauberer das Auslösen“ gegeben. Dieser Satz ist schlicht falsch.