Wettkampf: _____ **Datum:** _____ **Name:** _____

Stufenprogramm:

10 Schuß

												Erg. Ziel
1. Versuch												
Wiederhohlung												

5 Schuß

						Erg. Ziel	
1. Versuch							
Wiederhohlung							

4 Schuß

					Erg. Ziel	
1. Versuch						
Wiederhohlung						

3 Schuß

				Erg. Ziel	
1. Versuch					
Wiederhohlung					

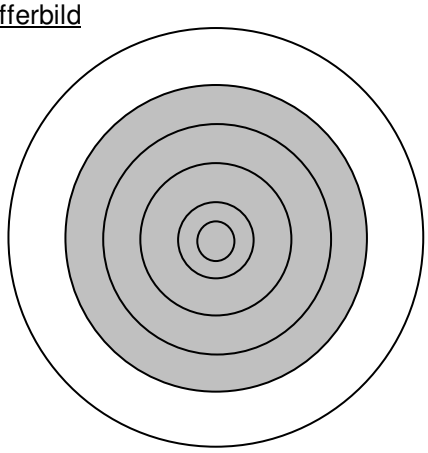
2 Schuß

		Erg. Ziel	
1. Versuch			
Wiederhohlung			

1 Schuß

	Erg. Ziel	
1. Versuch		10,5
Wiederhohlung		

Trefferbild



Endphasentraining 15 Schuß (letzter Schuß muß 10 sein, ansonsten wird solange geschossen bis eine 10 getroffen wird)

viel Spaß und Erfolg