

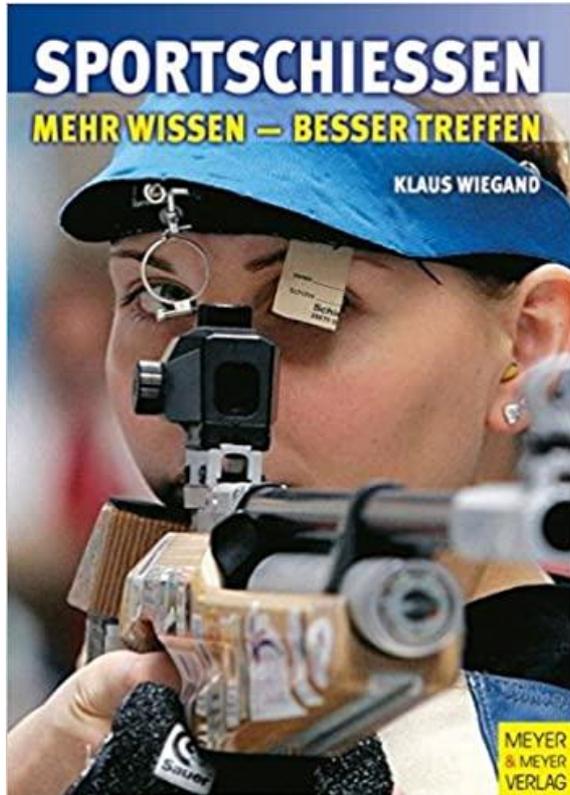


**BUCHBESCHREIBUNG**  
**SPORTSCHIEßEN**  
**MEHR WISSEN – BESSER TREFFEN**

**Zusammengefasst von Christian SCHARF**

# SPORTSCHIEßEN

SPORTSCHIEßEN MEHR WISSEN – BESSER TREFFEN



## Waffentechnik

Innere Ballistik

Äußere Ballistik

Sportliche Schießdisziplinen

## Stehendanschlag:

- Bei der aufrechten Haltung des Menschen handelt es sich, mechanisch gesehen, um das labile Gleichgewicht eines langen und schmalen Gegenstandes, der sich aus Teilen – verbunden durch sehr bewegliche Gelenke – zusammensetzt, und der auf einer kleinen Stützfläche ruht. (BUYTENDIJK 1956)

**IBAN: 978-3-89899-267-1**

# **SPORTSCHIEßEN**

SPORTSCHIEßEN MEHR WISSEN – BESSER TREFFEN

## **Das Drücken am Abzug:**

Druckverlaufskurve

Messen und Trainieren des Drückens

## **Das Zielen**

Zieleinrichtungen

Dominantes Auge

## **Die Koordination von Teilbewegungen**

## **Technikmodelle und Technikleitbilder**

Filmschleife

Fotobildreihe

Videofilm

Mathematische Modelle

# SPORTSCHIEßEN

SPORTSCHIEßEN MEHR WISSEN – BESSER TREFFEN

## Leistungsdiagnostik

Leistungsfähigkeit  
Leistungsbereitschaft  
Leistungsvollzug

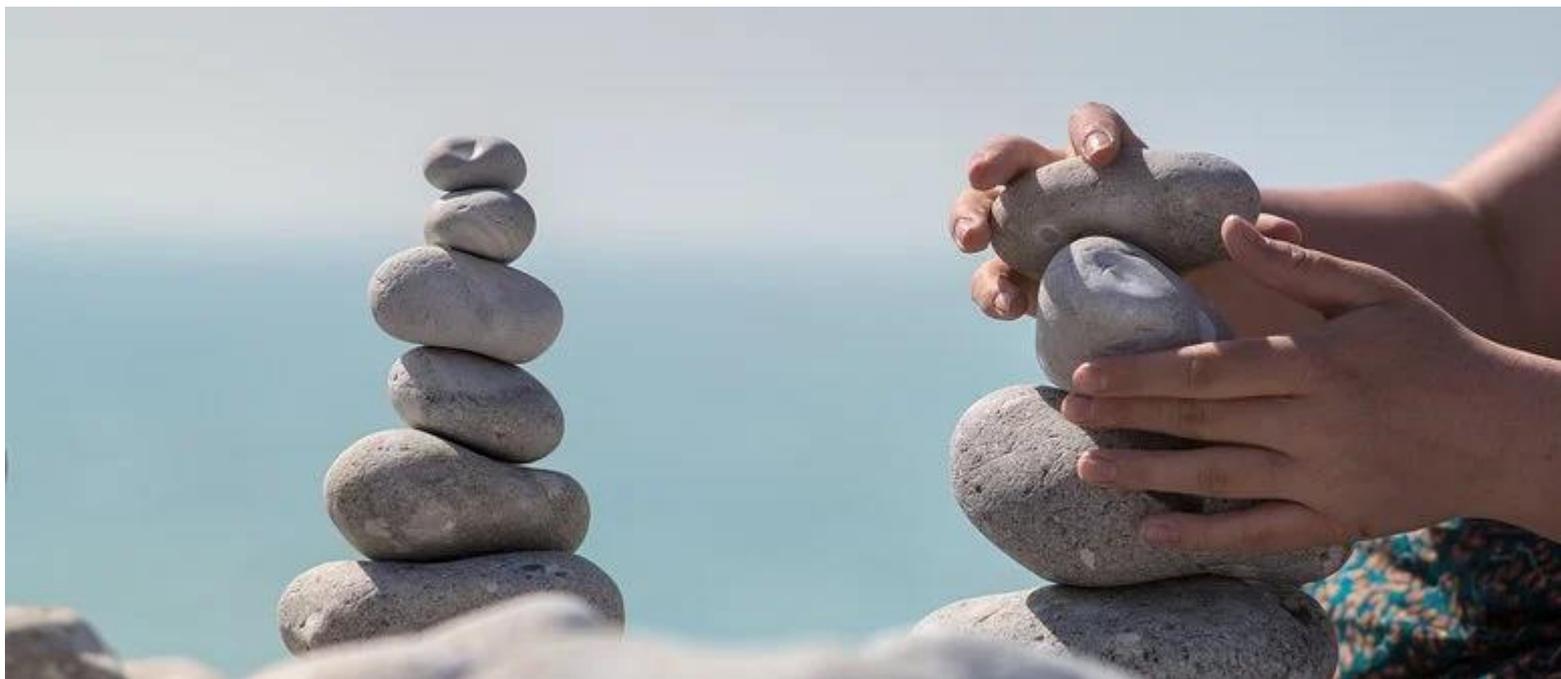
## Körperbaumerkmale

## Motorisches Lernen

Grobkoordination  
Feinkoordination  
Variable Verfügbarkeit

## Optimales Lernalter

Belastungsgestaltung und Trainingsplanung  
Umfang – Intensität – Ausführung - Periodisierung



**VIEL SPAß BEIM LESEN**