Тренировка 22 сентября 2012г.

Автор: Борис Пащенко
20.09.2012 10:46 -

- Пока дышу - стреляю !

Тренируемся как обычно! Погоды благоприятствуют – вчера тренировались в одних тактичных майках. благодать.. зимой в сугробах и занесенных снегом секторах будем еще вспоминать эти деньки ранней золотой осени

Проводим очередной мини-конкурс с Призовым Фондом Патронов. Пока свое звание «Самый Быстрый» подтверждает уже второй раз наша лидирующая двойка - Юра (п/автомат) и Игорь (мануал)

Во второй части тренировки в Секторе 1, после парных дуэлей можно провести отдельное упражнение с «КАЧАЮЩЕИСЯ ПЛАТФОРМОИ» и «тоннелем Купера» на время

Кстати - ПОЗДРАВИМ нашего тактика Игоря Сурьенкова – он же Сенесей и Глава Российского отделения «
Дэхан Хапкидо»
:

Распоряжение о назначении Сурьенкова Игоря Анатольевича – Региональным руководителем Федерации (Президентом Московской Федерации Дэхан Хапкидо). В соответствии с п.2 ст. 6 Устава Корейской Федерации Хапкидо.

Распоряжение закреплено личной печатью действующего Президента Корейской Федерации Хапкидо господина О Се Лим. Подлинность документов удостоверяется оригинальными печатями Корейской Федерации Хапкидо и Канцелярией Корейской Федерации Хапкидо.

Сертификаты переведёны на русский язык и зарегистрированы Консульским

отделом Правительства Российской Федерации в Республике Корея за 4613 и 4614 от 03.09.12. Закреплёны печатью Посольства России в Республике Корея (Консульский отдел).

Занятия с травматикой - если будут желающие с кобурами и подсумками - могу провести небольшой курс «Практический Пистолет» в рамках общей тренировки ближе к 14.00

План-график тренировки:

Сбор отъезжающих с машинами и без по традиции от метро в 9.15!

РАСЧЕХЛЯЕМСЯ по общей команде в «ЗОНЕ БЕЗОПАСНОСТИ» под контролем второго лица. Оружие в «Зону» заносим
ТОЛЬКО в ЗАКРЫТЫХ ЧЕХЛАХ!

Общее построение

- · ***Бедж/фейс контроль - просьба всем надеть клубные беджи.***
- · ***Новости Клуба, объявления***
- · ***Обсуждение Плана тренировки***

- · ***Общий брифинг по безопасности***

1) ГОСТИ – пройдут брифинги по безопасности и стреляют в своем секторе под контролем RO и ЧК.

2) КУРС - «курсанты» с утра работают с RO по технике выполнения Квалификационных Упражнений “ PRO - SHOOTER - IPSC ” с таймером.

10.30 Общая команда - СТРЕЛЬБИЩЕ ПОД ОГНЕМ! - всем надеть защитное оборудование и убедиться в том, что ВСЕ окружающие в секторе услышали и подтвердили голосом команду «Под огнем!»

В ходе тренировки различные дуэли и упражнения IPSC в Секторах 1 и 2

15.30 - Завершение тренировки

До встречи !!

Борис