

Готовимся к

ПЕРВОЙ ТРЕНИРОВКЕ

«ФИНАЛЬНОГО ЛЕТА 2014» !!! Ж-

пока дают - и стреляем !!

**В тени наши тиров летом всегда в меру прохладно и комфортно, но иногда
и выскакиваем на огневую на солнце – поэтому, форма одежды - тропическая
- а с шортами уместно будет надеть наколенник для упражнений для защиты
коленок от травм.**

СТАНОВИТСЯ ЖАРКО - Советы бывалого: Ж

Для тех, кто реально бегают тактические упражнения по солнцу, лучше брать

с собой

- · **запасную нательную майку и поддевать ее под тактическую верхнюю майку и менять по мере необходимости в ходе тренировки. Так меньше промокаем и спортивная майка ТАКТИКА меньше портится ...** J

- · **Стрелковый наколенник лучше надевать НЕПОСРЕДСТВЕННО перед упражнением, а то если носить его 4 часа подряд по жаре, под ним коленка потеет.** J

- · **Для ружья лучше все равно надевать для защиты рук перчатки - тонкие летние - так безопаснее хват и увереннее быстрая манипуляции с оружием.**

- · **Всегда берите на тренировку также хозяйственные хлопковые перчатки для расстановки и уборки мишеней и прочего железа, чтобы руки не пачкать.**

- · **Не забывайте прихватить в жару пару бутылок воды.**

В остальном все как обычно - стреляем 3 Ган

ОДЕНЬСЯ ТАКТИЧНО ! - с логотипом Клуба! J

План стандартный:

Тренируемся в группах обучения «ГОСТЬ» «КУРС»,

«ДУЭЛЬ IPSC»

СДАЧА РЕЙТИНГА - «Рейтинг-2014 ИЮНЬ» для ружья - начинаем новый рейтинг на Лучшего Стрелка ИЮНЯ!

РЕЗУЛЬТАТЫ Рейтинга МАИ будут объявлены в эту субботу! Победителей будем чествовать и всячески поощрять

НАРЕЗНОЙ КАРАБИН - стреляете как обычно

ПИСТОЛЕТЫ IPSC - упражнения как обычно

КУРС САМООБОРОНЫ С ТРАВМАТИКОЙ - инструктор по стрельбе из резинострела Филин в эту субботу проведет очередное занятие для владельцев травматки после общей тренировки Клуба с 14.00.

ПРИЕМ В IPSC - наш официальный инструктор IPSC продолжит прием всех желающих стать членом Международной организации Практической стрельбы МКПС прямо на тренировке в субботу

.

□

- **ЗАПИСЬ НА ПРОЕЗД** – продолжаем записываться на проезд на стрельбище на **ИЮНЬ** - по ссылке

План-График тренировки см. в закрытой рассылке

До встречи !!

Программа Тренировки 7 июня 2014

Автор: Борис Пащенко
05.06.2014 11:55 -

Борис