

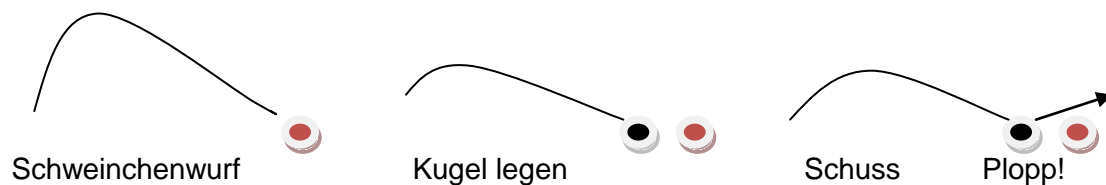


## Übungen für das Schießen

### Legen und Schießen zum Aufwärmen

#### Übungsabfolge:

- Man benötigt seine 3 Kugeln und eine Sau.
- Die Sau wird zunächst auf etwa 6 Meter geworfen, was schon eine Übung darstellt.
- Danach wird die 1. Kugel so nah wie möglich an die Sau geworfen.
- Diese wird nun mit der 2. Kugel weggeschossen.



- Ist der Wurf ein Treffer, wird die 3. Kugel wieder nah an die Sau herangeworfen.
- Ging sie daneben oder war der Schuss ein Carreau, wird mit der 3. Kugel noch einmal geschossen.
- Das wird solange durchgeführt, bis man sich gut auf 6 Metern eingelegt und –geschossen hat.
- Danach geht es mit Distanzen 7-8 Metern und 9-10 Metern weiter.