

Der Schuss-Rhythmus

Nebenstehende Grafik zeigt **einen einzelnen Schussablauf!**

Er umfasst verschiedenste Phasen, welche jede Einzelne in ihrer Länge variieren kann!

Dies ergibt in letzter Konsequenz unterschiedlich lange Schuss-Abläufe bzw. einen unterschiedlichen **Schuss-Rhythmus!**

Einige Beispiele für häufige Unterschiede:

- der innere Anschlag wird vernachlässigt
- der Nullpunkt wird zu wenig beachtet
- die Zielphase wird von kurz bis lange variiert
- das Nachhalten wird vergessen (Blick zum Monitor)
- die Atmung wird nicht oder im falschen Moment durchgeführt

Im **Training** sollte bewusst darauf geachtet werden, dass **jeder Schuss-Ablauf möglichst gleich** erfolgt!

