

УПРАЖНЕНИЕ №1

Название: Бабушка приехала

Упражнение: короткое

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М3, П1-П3, по мере видимости. Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 3 бумажных мишени, 3 классических пепер - поппера, 4 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 45

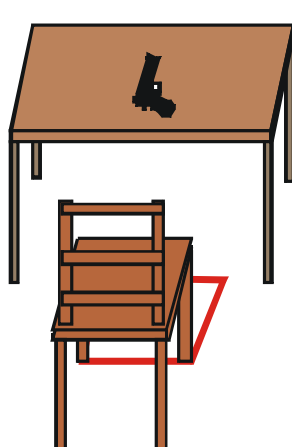
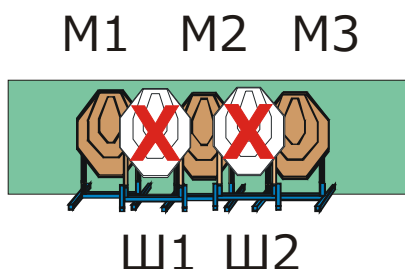
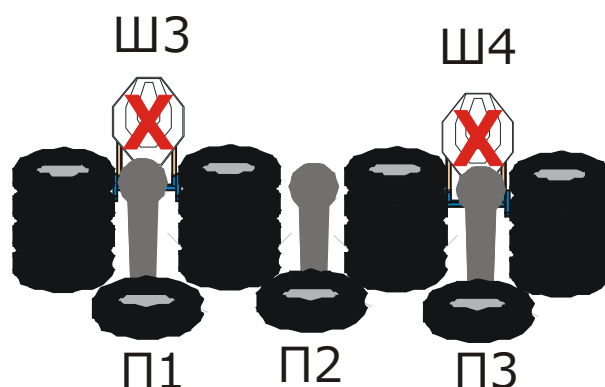
Минимальное кол-во выстрелов: 9

Стартовая позиция: Стрелок сидит на стуле расслабившись, в руках тарелка, пятками касаясь отметок, лицом к мишеням. Оружие заряжено, на столе, стволом в сторону мишеней.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №2

Название: раскарячило

Упражнение: короткое

Порядок выполнения: Поразить мишени М1-М4, П1. По мере видимости не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 4 бумажные мишени, 1 пепер-поппер,

Возможное кол-во очков: 45

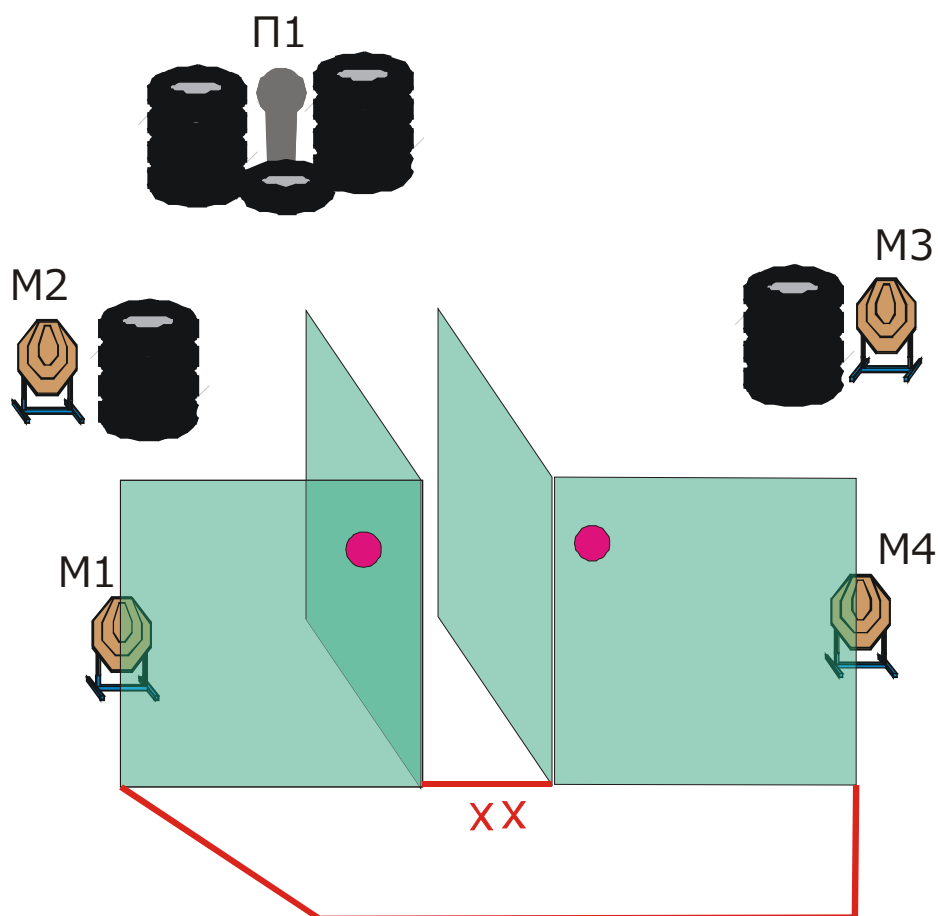
Минимальное кол-во выстрелов: 9

Стартовая позиция: Стрелок стоит ногами на отметках, руки касаются отметок, лицом в сторону мишеней. Оружие в кобуре, заряжено.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №3

Название: бежим ...спотыкаемся

Упражнение: среднее

Порядок выполнения: Поразить мишени М1-М5 и П1-П3, по мере видимости, не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 5 бумажных мишеней, 3 классический пепер-поппера, 2 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 65

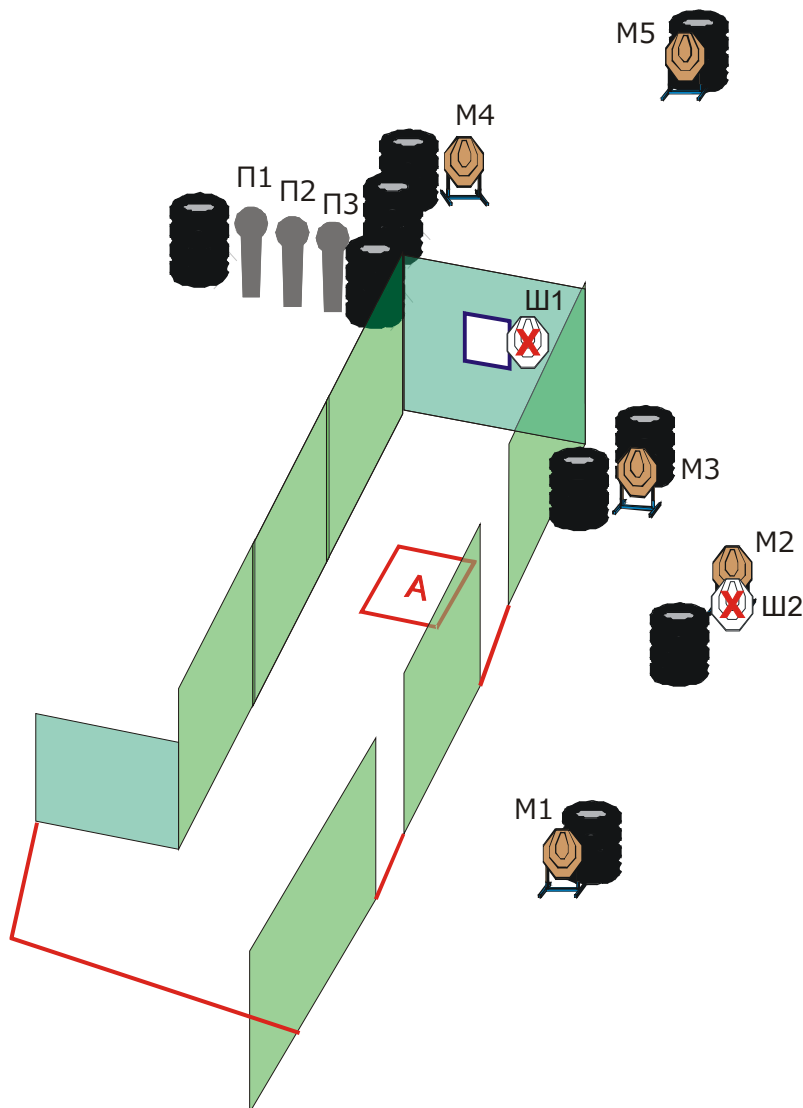
Минимальное кол-во выстрелов: 13

Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабленно, в боксе «А» лицом к мишеням. Оружие заряжено (патрона в патроннике нет), в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №4

Название: ВНИМАНИЕ опасное движение!.

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М8, и Т1, по мере видимости, не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 8 бумажных мишеней, 1 металлическая тарелка, 6 не поражаемых мишеней.

Возможное кол-во очков: 110

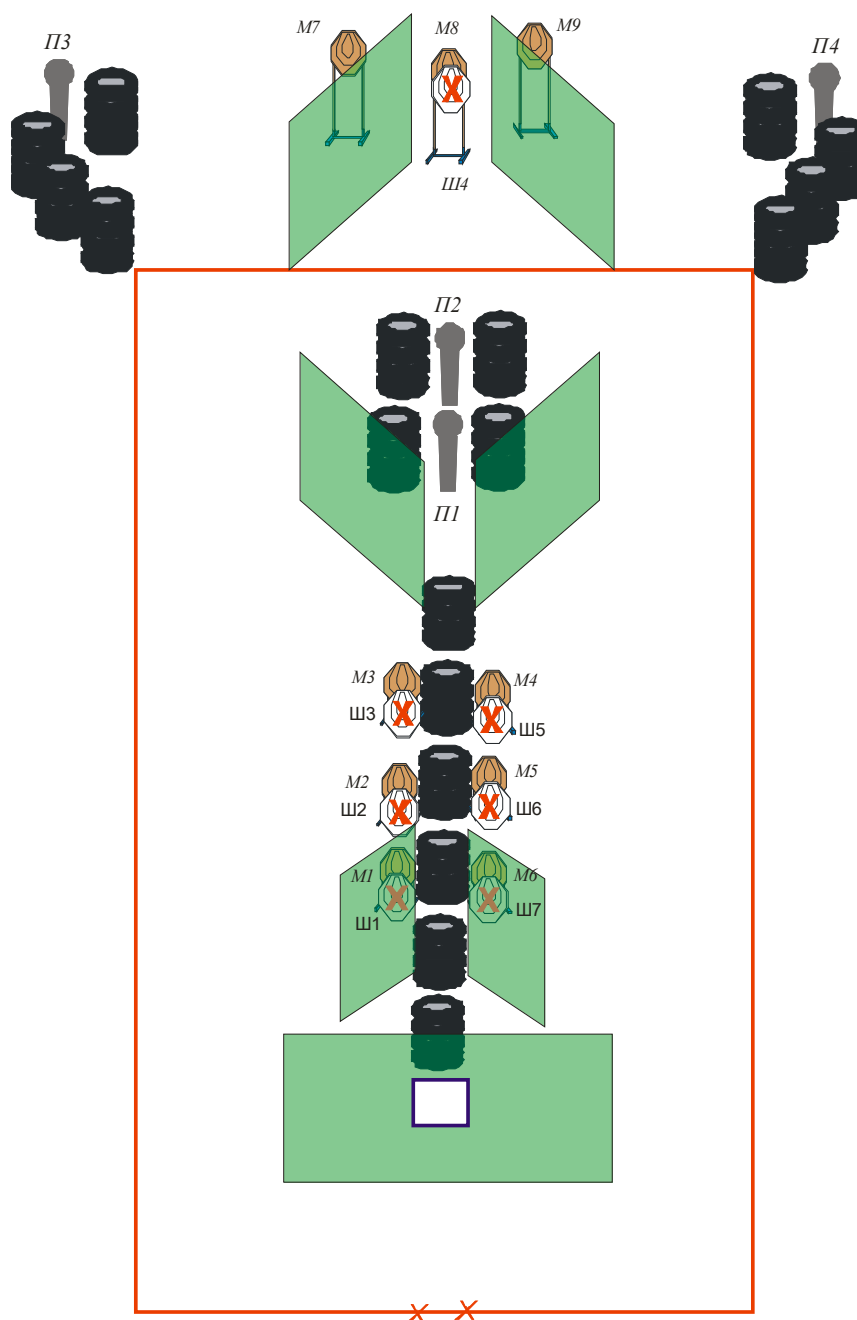
Минимальное кол-во выстрелов: 22

Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабленно, лицом к мишеням, Касаясь пятками отметок. Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №5

Название: За хлебушком

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М14 и П1-П2 по мере видимости, не выходя за штрафные линии. Тележку стрелок толкает за собой во время выполнения всего упражнения.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 14 бумажных мишеней, 4 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 150

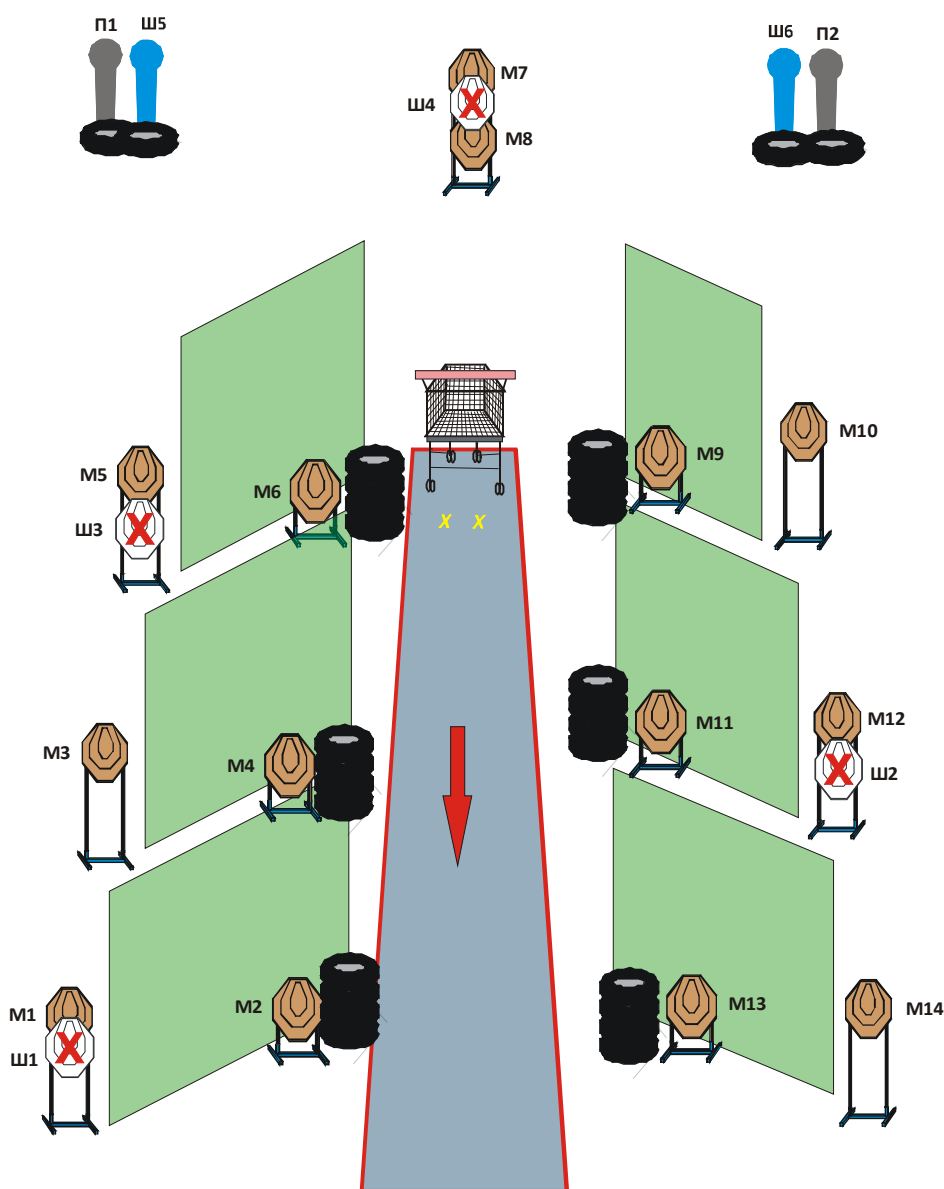
Минимальное кол-во выстрелов: 30

Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабленно, лицом в сторону мишеней. Руками держась за тележку. Носками обуви касаясь отметок. Оружие заряжено, (патрона в патроннике нет).

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №6

Название: Ваше слово товарищ.....

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М8, П1-П2, Т1-Т2 по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 8 картонных мишеней, 2 классических пепер-поппера, 2 металлические тарелки, 2 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 100

Минимальное кол-во выстрелов: 20

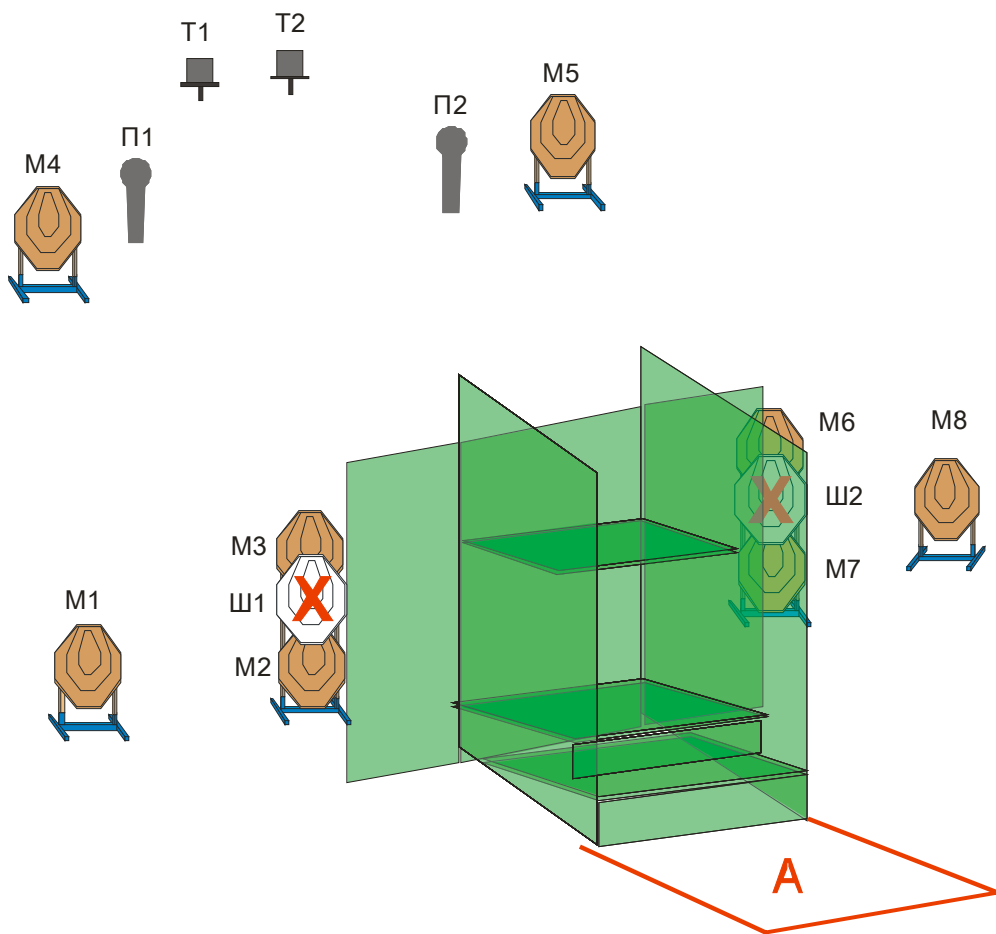
Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабившись, лицом к мишеням, в боксе «А».

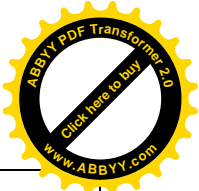
Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №7

Название: Упал, отжался...

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М10, по мере видимости.

Не выходя за пределы штрафных линий.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 10 бумажных мишеней, 5 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 100

Минимальное кол-во выстрелов: 20

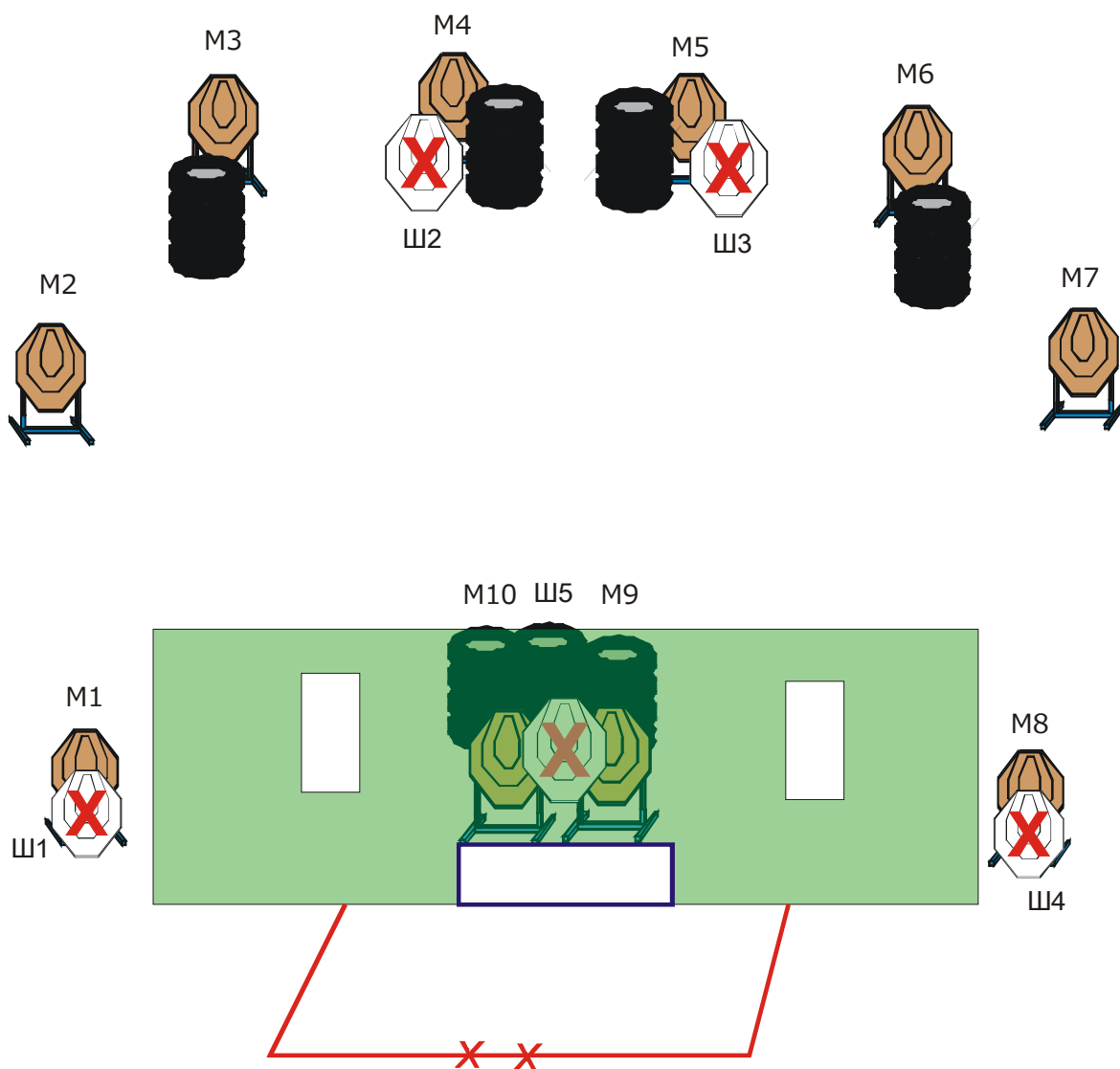
Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабленно, лицом к мишеням, касаясь пятками отметок.

Оружие разряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №8

Название: Последний герой

Упражнение: среднее

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М7, П1-П2, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 7 бумажных мишеней, 2 классических пепер-поппера, 4 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 80

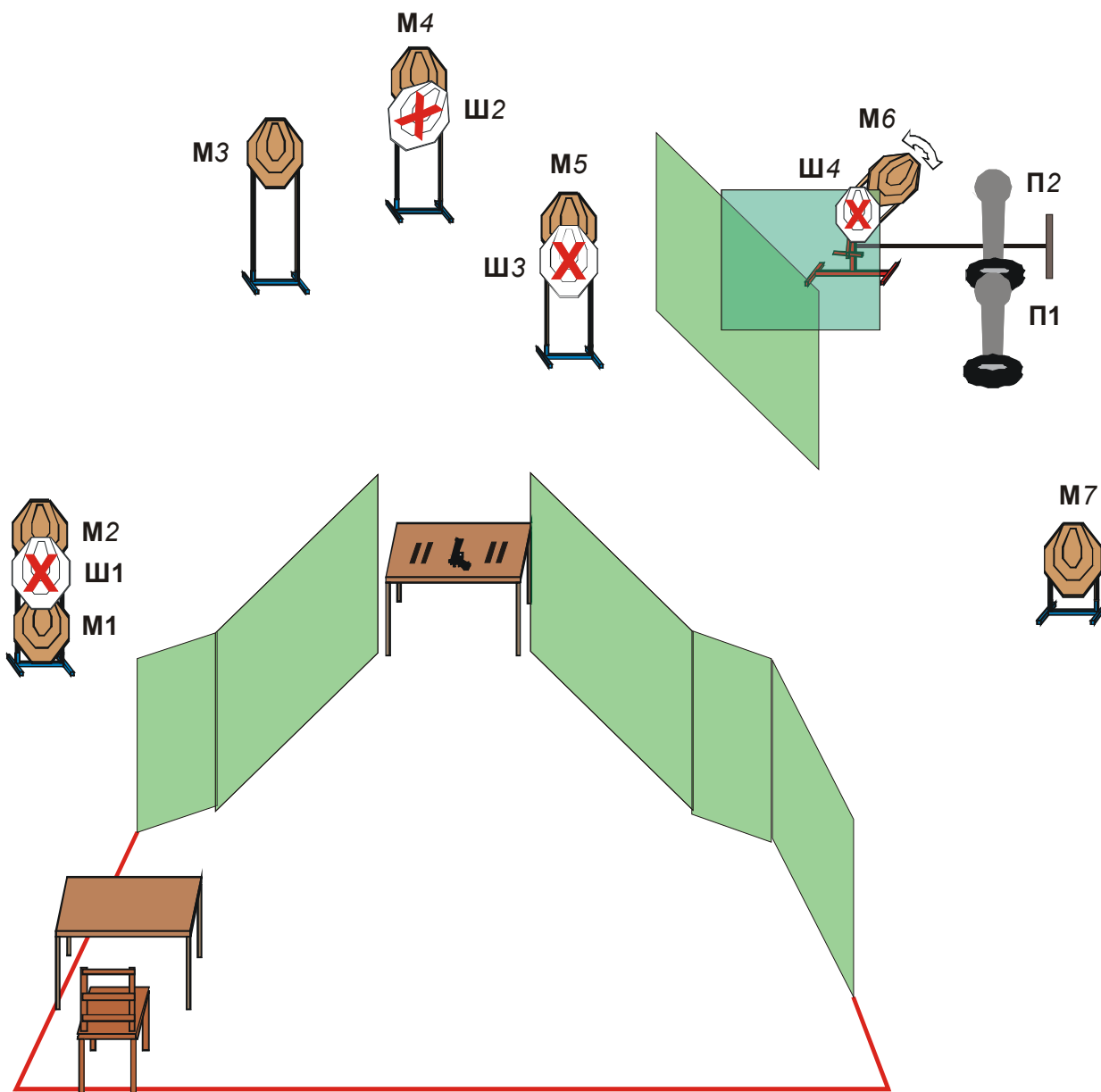
Минимальное кол-во выстрелов: 16

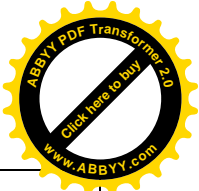
Стартовая позиция: Стрелок сидит за столом, лицом к мишеням, носками обуви касаясь ножек стула, оружие на столе, разряжено, стволом в сторону мишеней. Магазины расположены на столе на отметках.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №9

Название: Текила, самбреро, фиеста....

Упражнение: короткое

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени П1-П9, по мере видимости.

Не сходя с коня и не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 9 классических пепер-попперов, 3 штрафные мишени.

Возможное кол-во очков: 45

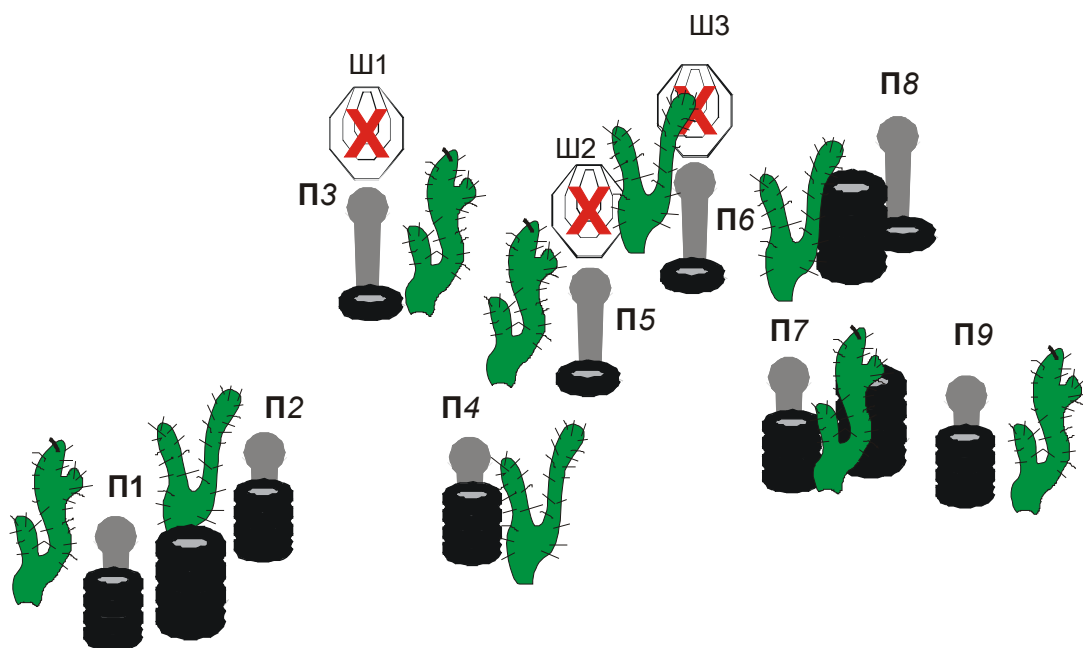
Минимальное кол-во выстрелов: 9

Стартовая позиция: Стрелок сидит на коне, лицом в сторону мишеней. В слабой руке удерживая бутылку, в сильной повод. Оружие заряжено в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



A

УПРАЖНЕНИЕ №10

Название: Игрушка

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок должен поразить мишени M1-M9, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 9 бумажных мишеней, 7 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 90

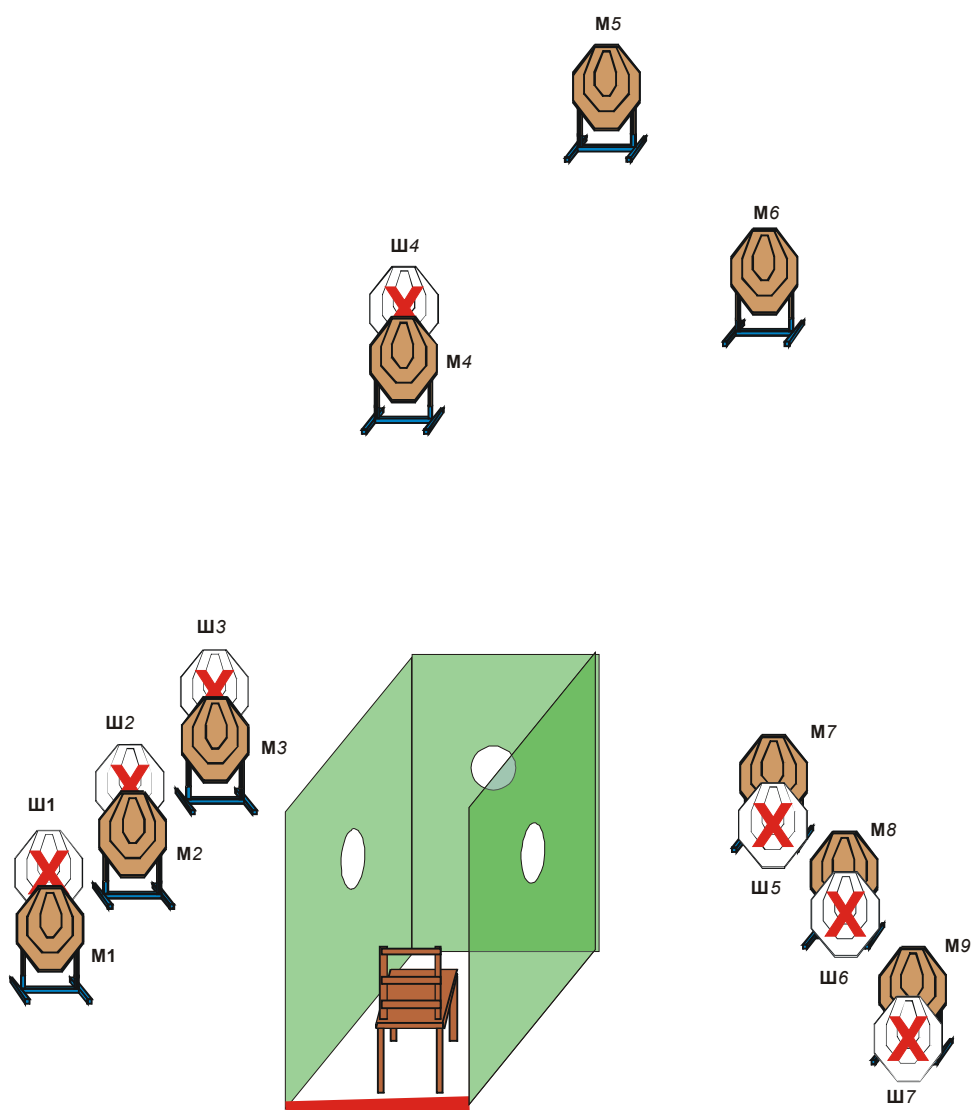
Минимальное кол-во выстрелов: 18

Стартовая позиция: Стрелок сидит на стуле лицом к мишеням руки на коленях. Оружие заряжено, (патрона в патроннике нет) в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №11

Название: Полный компресс

Упражнение: среднее

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М6, П1-П2 по мере видимости. Мишень П1 активирует мишени М2, М3, М4 и мишень П2 активирует мишень М5. Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 6 бумажных мишеней, 9 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 70

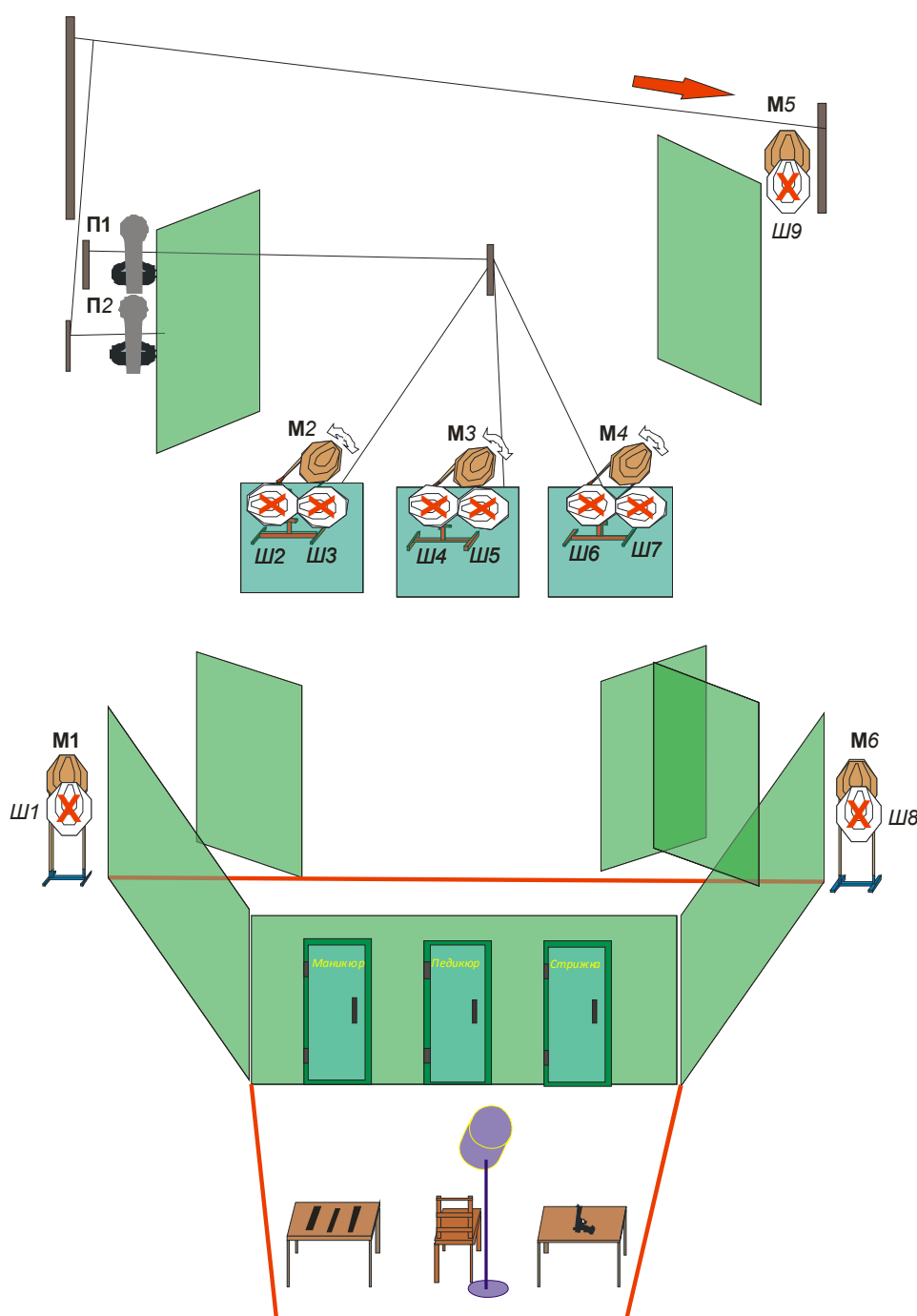
Минимальное кол-во выстрелов: 14

Стартовая позиция: Стрелок сидит на стуле, расслабившись, лицом к мишеням. Руки находятся в ванночках. Оружие разряжено, на столе, стволом в сторону мишеней. Магазины на столе, на отметках.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №12

Название: Во избежание падения держитесь за поручень.

Упражнение: короткое

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает сильной рукой мишени М1-М2, П1-П4, по мере видимости.
Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 2 бумажных мишени, 4 пепер-поппера.

Возможное кол-во очков: 40

Минимальное кол-во выстрелов: 8

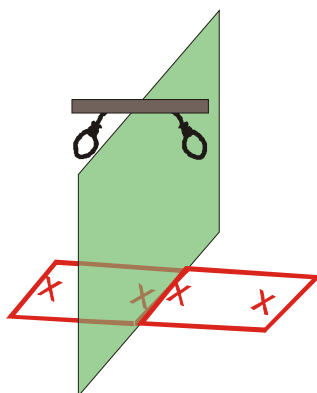
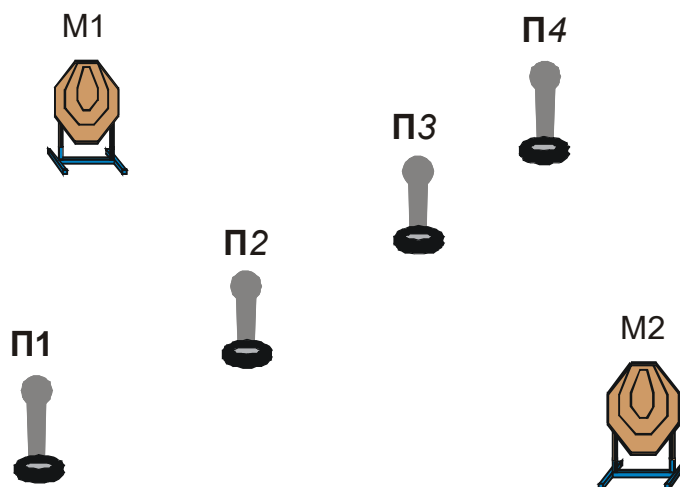
Стартовая позиция: Стрелок стоит расслабившись лицом к мишеням, слабая рука закреплена в петле, сильная удерживает сумку.

Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №13

Название: Кошмарный сон

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М10, П1-П2, и Т1, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 10 бумажных мишеней, 2 классических пепер-поппера, 1 металлическая тарелка, 5 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 150

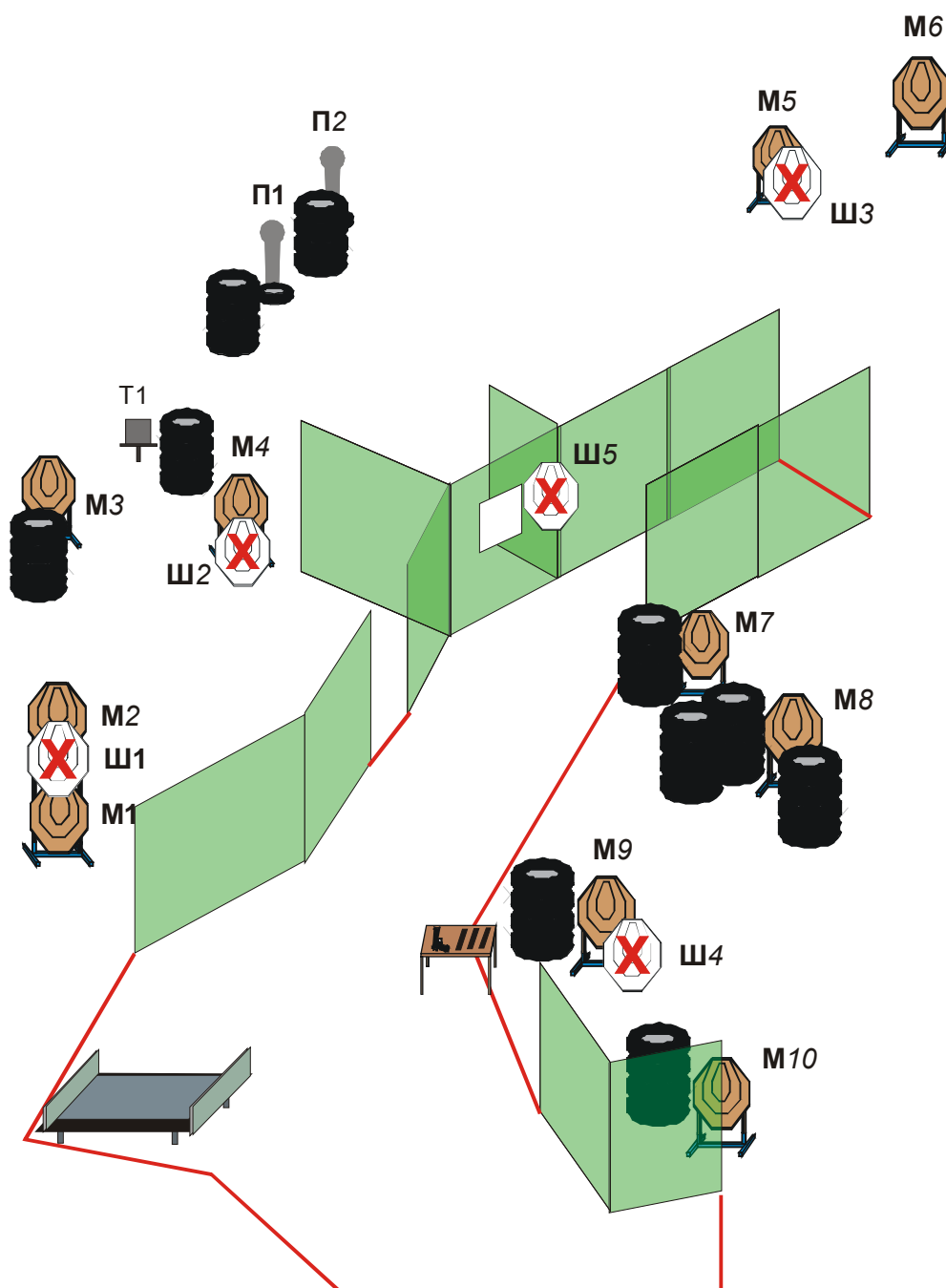
Минимальное кол-во выстрелов: 23

Стартовая позиция: Стрелок лежит на кровати на животе касаясь отметок, расслабившись, лицом в сторону вала. Оружие разряжено, на столе, магазины на столе на отметках.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №14

Название: Проездом

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М14, П1-П2, Т1-Т2, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Мишень П1 активирует мишень М13.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 14 бумажных мишеней, 2 классических пепер-поппера, 2 металлические тарелки и 7 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 160

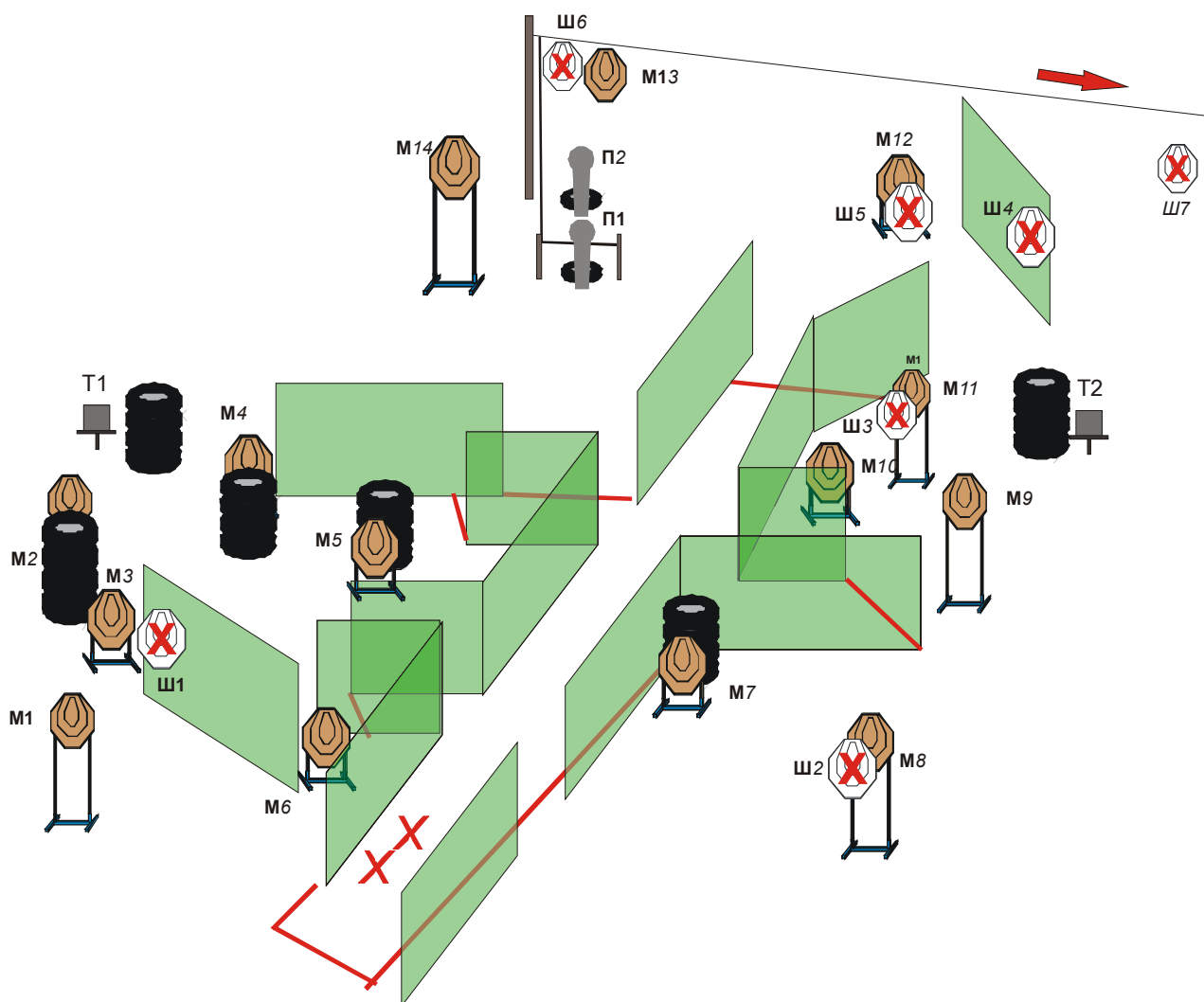
Минимальное кол-во выстрелов: 32

Стартовая позиция: Стрелок стоит, расслабившись лицом к мишеням, касаясь отметок. Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №15

Название: За углом
Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени M1-M12, по мере видимости.
Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 12 бумажных мишеней, 5 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 120

Минимальное кол-во выстрелов: 24

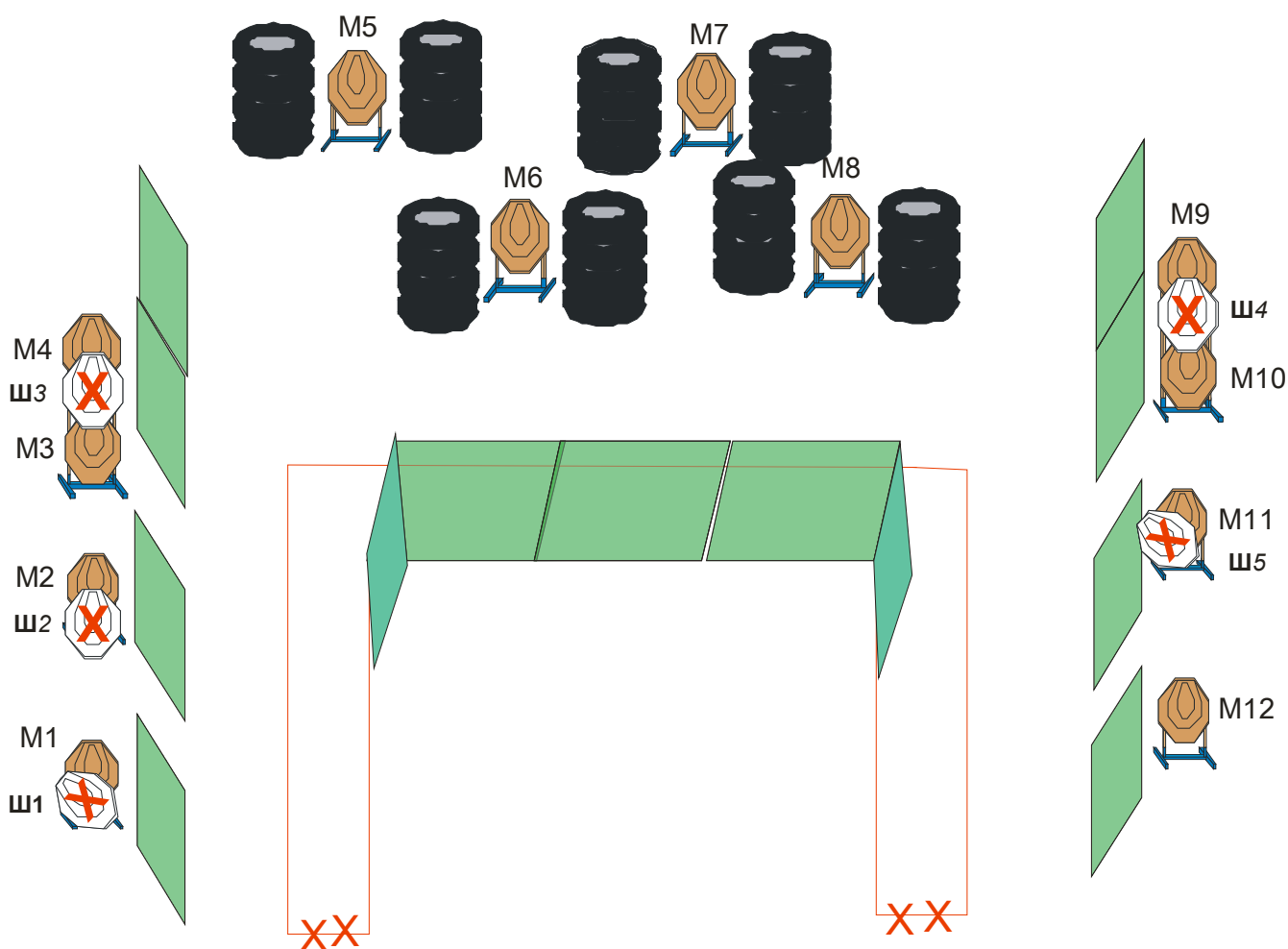
Стартовая позиция: Стрелок стоит, расслаблено, лицом к мишеням пятками касаясь отметок.

Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР



УПРАЖНЕНИЕ №16

Название: весеннее настроение.

Упражнение: длинное

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени П1-П2 и М1-М11, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Мишень П1 активирует мишень М6, мишень П2 активирует мишень М3.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 11 бумажных мишеней, 2 классических пепер-попера, 5 штрафных мишеней.

Возможное кол-во очков: 120

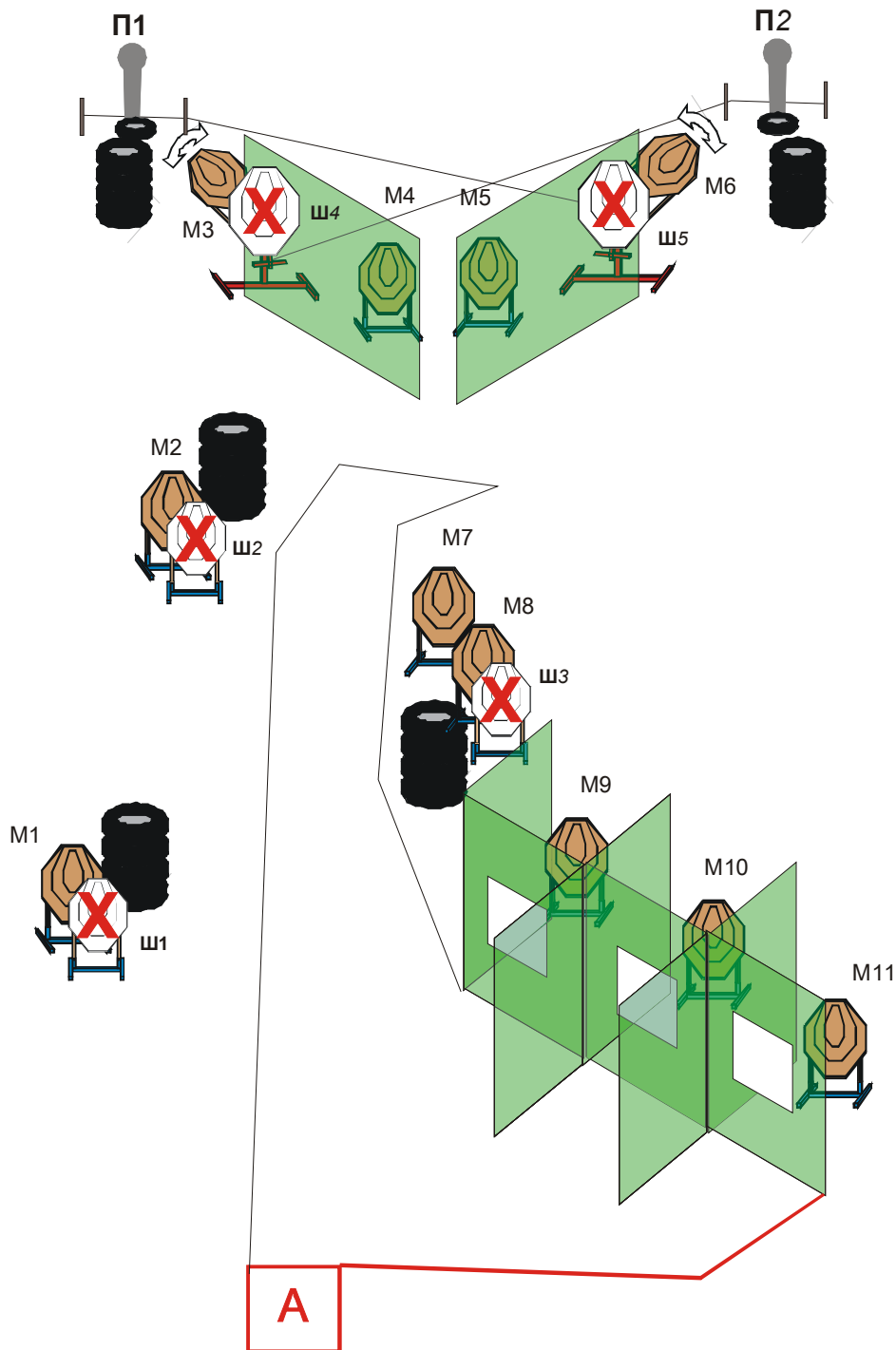
Минимальное кол-во выстрелов: 24

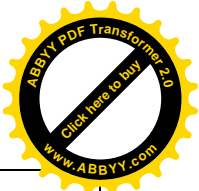
Стартовая позиция: Стрелок стоит в боксе «А», расслабившись, лицом к мишеням, Оружие заряжено, в кобуре.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР





УПРАЖНЕНИЕ №18

Название: дрожь земли

Упражнение: короткое

Порядок выполнения: После звукового сигнала стрелок поражает мишени М1-М2 и П1-П5, по мере видимости.

Не выходя за штрафные линии.

Тип счёта: Комсток

Мишени: 2 бумажные мишени, 5 классических пепер-попперов, 3 штрафных мишени.

Возможное кол-во очков: 45

Минимальное кол-во выстрелов: 9

Стартовая позиция: Стрелок лежит на животе касаясь отметок, руки под головой, расслабившись, лицом к мишеням. Оружие заряжено, лежит на отметках стволom в сторону мишеней, магазины лежат на отметках.

Старт: звуковой сигнал

Окончание упражнения: последний выстрел

Штрафы: по действующим правилам ОСОО ФПСР

