



LA VISEE MAINTENUE

RECU & SAUT DE L'ARME

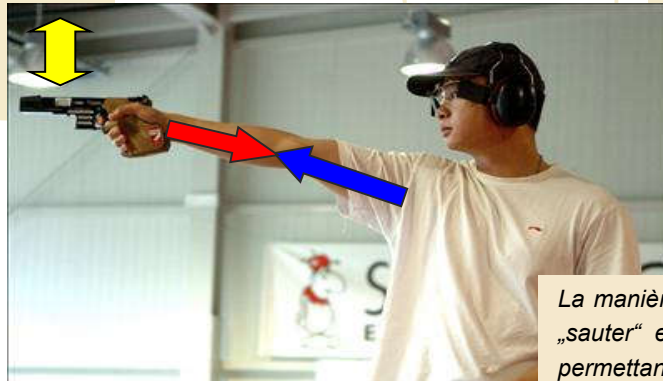
Lors du départ du coup, l'arme subit une accélération inverse à celle du projectile. Le bras soutenant l'arme absorbe le recul et cette résistance provoque un mouvement ascendant : Le saut de l'arme.

Ce saut doit être court et sec, prenant la forme d'un mouvement qui va vers le haut, puis retombe tout naturellement dans la zone de visée initiale.

Le « Tenu » ou visée maintenue consiste à conserver soigneusement la position de tir et la concentration sur les organes de visée environ 2 à 3 secondes après le départ du coup et surtout pendant le « saut » de l'arme, le temps d'être sûr que la balle a bien quitté le canon .

A ce stade, l'immobilité doit, par conséquent, être privilégiée car tout relâchement musculaire induirait des perturbations, lors du saut de l'arme.

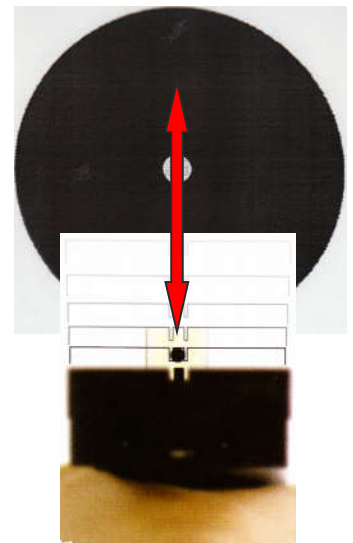
Cette technique est recommandée en tir de précision car elle permet une meilleure stabilité de l'arme lors du départ du coup et contribue à préparer le coup suivant.



La manière dont l'arme va „sauter“ est un indicateur permettant de déterminer les fautes commises.

Avantage de la visée maintenue :

- Contribue à une meilleure stabilité, lors du départ du coup,
- Favorise la détection des erreurs de visée et l'annonce du résultat,
- Permet de reconstituer l'image de visée et de préparer le coup suivant.



Le saut de l'arme



Comptez mentalement:
21 - 22 - 23
puis abaisser l'arme

LE TENU

- Le bras reste tendu au départ du coup.
- Saut de l'arme (recul).
- Le bras, toujours tendu, retombe tout naturellement dans la zone de départ.
- Comptez 21, 22, 23 avant d'abaisser tranquillement le bras tenant l'arme !

