HVORDAN TILPASSE VÅPEN:

Det er her tatt utgangspunkt i en skytter som er høyreskytter, samme metode for venstreskyttere selvsagt, men bytt om høyre og venstre.

1. La utøveren legge seg ned i stilling med utgangspunkt i midterste blink UTEN våpen. Tenk linja, høyre bein rett bak midterste blink. Det er viktig at utøveren ligger avslappet og støtter seg på begge albuene; tenk sånn jeg ville ligget hvis jeg ligger på stranda på magen og leser en bok.
2. Strekk venstre arm litt fram og legg våpenet opp i hånda til utøveren uten å sette på reima.
3. Spør utøveren, hvor må du holde V hånd for at du skal være i riktig høyde på midterste blink. Husk å sjekke plassering av V albue, riktig avstand fra våpenet.
4. Når utøveren har funnet ut hvor han vil holde hånda setter du håndstopperen inntil hånda, helt inn i ”gropa” mellom tommel og pekefinger og skrur til.
5. Nå kan du sette på reima og dra til gradvis til reima kjennes passe stram for utøveren.
6. Neste spørsmål til utøveren: Hvis du tenker at trykket inn i hånda mot håndstopper og trykket inn i skulder med kolben til sammen er 100 %. Hvor mye har du på håndstopper og hvor mye har du i skulder, fordeling??
7. Dersom svaret er litt mer foran( 60-40) så juster håndstopper ca 1 cm lengre vekk FRA utøveren. Dersom svaret er mye mer (80-20) så sjekk lengden på kolben, da må det sannsynligvis justeres på lengden.
8. Husk at svaret skal være 50-50 fordeling, skuldertrykket er kanskje det viktigste punktet i forhold til skytestilling så dette punktet MÅ dere ha på plass.
9. Sjekk deretter høyden på kinnstøtta ved å be utøveren lukke øynene, mens han puster 3-4 ganger ut og inn. Når utøveren åpner øynene igjen da så bør han se rett inn i siktehullet bak og siktehullet bak og hullkornet foran og blinken bør være ”rett i hverandre”.
10. Gå over stillingen en gang til å sjekk linja, plassering av v. albue samt trykkfordelinga skulder/håndstopper. Dersom disse tre punktene er på plass så kan du gjøre ganske mye annet uten at skytestillingen blir dårlig. Sjekk også høyden på skuldrene.

Husk at dette er en grovinnstilling så her må man bruke litt tid, men det er en ganske enkel måte å få justert inn våpenet på og det er veldig sjelden det ikke stemmer etter å ha brukt fremgangsmåten over.