



Position Debout Carabine 10 m

1 Position

La position est la posture adoptée pendant le tir, en fonction des buts suivants : conformité aux règlements, stabilité (équilibre plus immobilité), reproductibilité et confort (efficacité plus économie d'efforts).



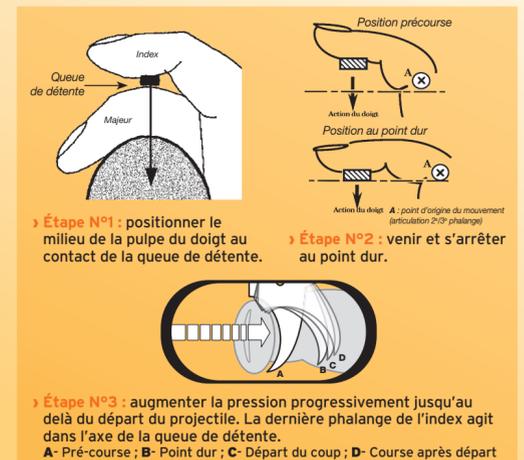
2 Visée

La visée désigne l'action qui consiste à aligner l'œil du tireur, les instruments de visée de la carabine et le visuel de la cible.



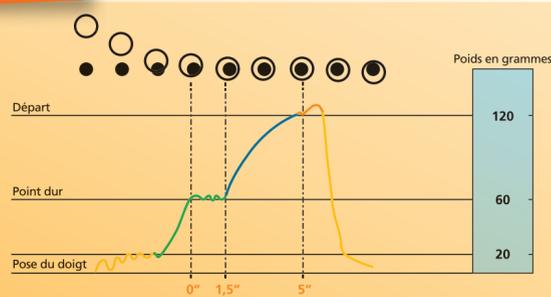
3 Lâcher

Le lâcher désigne l'action du doigt sur la queue de détente qui a pour but d'entraîner le départ du projectile.



4 Coordination

La coordination correspond à la liaison entre les différents éléments de la technique de base : position (stabilité), visée et lâcher, permettant, l'action de tir.



› La coordination permet de mener en parallèle le lâcher avec une action de stabilisation de la visée.



Laurence BRIZE



Retrouvez les outils servant à la promotion du tir en lisant ce QR Code avec votre smartphone ou votre tablette tactile.



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TIR
38, rue Brunel - 75017 PARIS
Tél. : 01 58 05 45 45 - Fax : 01 55 37 99 93

www.fftir.org