

TARGET SPRINT NELLA PROPRIA SOCIETÀ



Ogni società sportiva, società di tiro o federazione membro della Federazione sportiva svizzera di tiro può organizzare un Target Sprint. Una gara va annunciata al capo settore Target Sprint della federazione nazionale, che controlla il rispetto delle norme di sicurezza e del regolamento.

La Federazione sportiva svizzera di tiro aiuta gli organizzatori con consigli e materiale. Si possono noleggiare a poco prezzo dalla FST i bersagli cadenti, fucili Target-Sprint e altro equipaggiamento.

Società che vogliono essere attive nel Target Sprint, oltre all'allenamento di tiro devono organizzare allenamenti di corsa e di atletica. A questo scopo servono oltre agli allenatori del tiro sportivo anche specialisti della corsa.

Il capo settore Target Sprint della Federazione sportiva svizzera di tiro è a vostra disposizione.

Contatto: targetsprint@swissshooting.ch



PRECISIONE, FORZA MENTALE E BUONA FORMA FISICA

Il target Sprint riunisce tiro e corsa. Per essere tra i migliori, serve molto allenamento e capacità di resistenza. Tre sono i fattori particolarmente importanti:



PRECISIONE

Un occhio acuto, una mano ferma e una buona stabilità – la base del tiro sportivo.



FORZA MENTALE

Solo chi è pronto mentalmente, colpisce in centro: capacità di concentrazione con alte pulsazioni è la ricetta.



BUONA FORMA FISICA

Solo chi ha muscoli di sostegno, velocità e resistenza nella corsa può essere tra i migliori nel Target Sprint.

Il Target Sprint è la disciplina ideale per avvicinare i giovani alle società di tiro.



*Sei affascinato anche tu?
La federazione sportiva svizzera di tiro ti può aiutare nell'organizzare una gara o nel segnalarti contatti.*

**Altre informazioni e contatti su
www.swissshooting.ch**

La stampa di questo volantino è stata sostenuta in modo importante da Kromer Shooting
Fotos © ISSF

KROMER
Shooting

IL FASCINO DEL TARGET SPRINT

*Ciao, sono Enrico
e desidero spiegarvi
le particolarità del
Target Sprint.*



Federazione sportiva svizzera di tiro
Lidostrasse 6
6006 Luzern

www.swissshooting.ch
info@swissshooting.ch

TARGET SPRINT UNA NUOVA DISCIPLINA



Target Sprint è una combinazione di tiro e corsa. Sono garantite gare entusiasmanti.

Target Sprint deve diventare in estate ciò che il Biathlon è in inverno: un'interessante combinazione di tiro di precisione al fucile ad aria compressa in condizione di sforzo e una gara di corsa sulla media distanza. La nuova disciplina della federazione di tiro internazionale ISSF guadagna sempre più appassionati anche in Svizzera.

A differenza delle gare di tiro tradizionali, il Target Sprint può venir organizzato quasi ovunque. Serve semplicemente un poligono mobile, un terreno pianeggiante su cui correre la gara sulla media distanza.

Con il Target Sprint portiamo il tiro sportivo tra la gente – ad esempio in centro città.

LA GARA SPARARE E CORRERE



Sparare con alte pulsazioni: il Target Sprint richiede molto. Chi corre veloce e spara in modo calmo, vince.

Nel Target Sprint più atleti partono contemporaneamente per un primo giro di corsa di 400m, a cui segue un primo tiro al poligono. Poi viene fatto un secondo giro di corsa e una seconda sessione di tiro per terminare con un ultimo giro di corsa di 400m. Il primo che taglia il traguardo ha vinto.



Si corre su una pista d'atletica o su un campo da calcio o una piazza in centro città. L'unica restrizione: si corre in piano. Le sportive e gli sportivi corrono senza fucile, questo è depositato al poligono. Si spara con un fucile ad aria compressa su bersagli cadenti. Ogni sportivo ha a disposi-

zione ogni volta 15 colpi per colpire i cinque bersagli. Se dopo 15 colpi non tutti i bersagli sono stati colpiti, per ogni errore si devono attendere 15 secondi di penalità prima di tornare a correre.

Giovani sotto i 14 anni sparano sdraiati, tutti gli altri in piedi. Il bersaglio è piccolo: sdraiato ha un diametro di 15mm, in piedi di 35mm.



I PARTECIPANTI DA 8 A 80 ANNI

Target Sprint è una nuova ed interessante disciplina per tutti: giovani o in età, tiratore, biatleta, ginnasta o corridore.



Target Sprint è una disciplina ideale per iniziare con il tiro sportivo, allo stesso tempo la combinazione di tiro e corsa apre molte possibilità di cooperazioni tra società di tiro, di ginnastica, atletica o di sci. Target Sprint è una sfida polisportiva per tutti.

Target Sprint può essere svolto anche come team. Sono possibili gare Mixed o a staffetta. Grazie ai pochi vincoli all'infrastruttura, un poligono Target Sprint può venir installato velocemente, in modo semplice e quasi ovunque.

Possono partecipare tutti coloro che dagli 8 agli 80 anni desiderano combinare movimento con un'attività di forte concentrazione.

