

DAGSEDEL

1. KURSDAG

TID	DISIPLIN	INSTRUKTØR	STED	MERKNAD
0800 - 0810	Kursåpning <ul style="list-style-type: none">- Mål- Innhold/gjennomføring- Utdeling av materiell	DFS	200 m skytebane	
0800 - 0900	Standpunktskyting <ul style="list-style-type: none">- 3 x 3 Prøveskudd- 3 x 5 skudd liggende	DFS	200 m skytebane	Ammunisjonsbehov 25 patroner Våpen medbringes til timen. All skyting foregår med feltjakke.
0920 - 1115	Liggende skytestilling <ul style="list-style-type: none">- Grunnprinsipper- De 6 stødige grepsfaktorer- Med støtte fra reim og anlegg- Feilretting – makker trening	DFS	Klasserom + ute	Flerbrukshall i tilfelle «dårlig vær» Våpen medbringes
1115 - 1200	Lunsj		Matsal	
1200 – 1240	Skytelære B-3 <ul style="list-style-type: none">- Pusting og avtrekk	DFS	Klasserom	
1300 - 1515	Skytetrening <ul style="list-style-type: none">- Egentrening- Bevisstgjøring grepsfaktorer	DFS	200m skytebane	Ammunisjonsbehov 60 patroner
1530 -1630	Middag		Matsal	
1730 - 1830	Orientering om DFS <ul style="list-style-type: none">- DFS grunnregler- DFS som organisasjon- Samarbeid med Forsvaret- Relevant materiell	DFS	Konferansesal	

DAGSEDEL

2. KURSDAG

TID	DISIPLIN	INSTRUKTØR	STED	MERKNAD
0800 - 0840	Sikting <ul style="list-style-type: none">- Sikte og sikteteknikk, kulebane- Knepptabell – forlegging av siktepunkt- Vindavdrift- Ballistikk	DFS	Klasserom	
0900 - 1130	Skytetrening <ul style="list-style-type: none">- Egentrening med veiledning og bevisstgjøring- Makkertrening- Instruktørrollen	DFS	Skytebane 200 m	Ammunisjonsbehov 60 patroner
1130 - 1200	Lunsj		Skytebanen	
1200 - 1300	Standpunktskyting <ul style="list-style-type: none">- 3 x 3 Prøveskudd- 3 x 5 skudd liggende- Evaluering av resultat	DFS	200 m skytebane	Ammunisjonsbehov 25 patroner
1310 - 1350	Skyteinstruksjon i praksis <ul style="list-style-type: none">- Praktiske instruktørtips	DFS	Skytebanen	
1410 - 1510	Våpenskjøtsel <ul style="list-style-type: none">- Generelt om puss- Presisjonstiltak	DFS	Klasserom	
1510 - 1530	Kursavslutning <ul style="list-style-type: none">- Evaluering- Oppsummering	DFS	Klasserom	
1530 - 1630	Middag			