

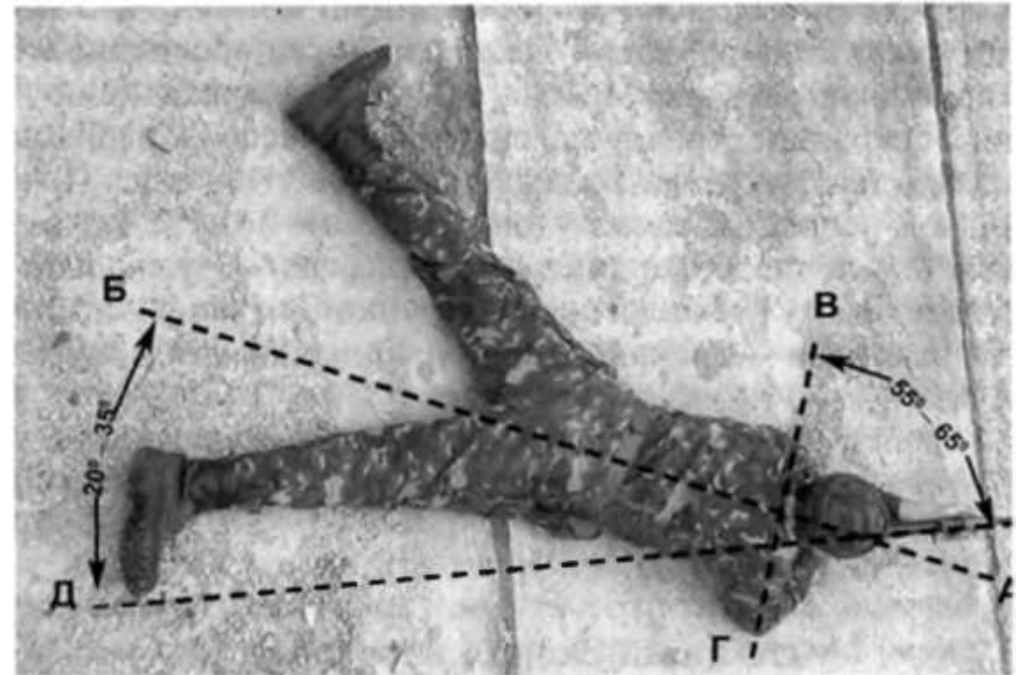
# Изготовка для стрельбы лёжа

Она  
предназначена для  
боевой работы на  
открытой  
местности, где  
надо «вжиматься»  
в землю и  
максимально  
понижать свой  
силуэт.



- Принимая такую изготовку, стрелок ложится на живот, опираясь на грунт нижней частью грудной клетки, нижними ребрами. Такое положение уменьшает пульсацию оружия от мышц брюшного пресса. Бедра и голени сильно прижаты к земле. Каблуки внутренней поверхностью плотно вдавлены в грунт, чтобы их не снесло шальной пулей или осколком.
- Ноги отведены каблуками друг от друга на расстояние не менее 50 и не более 80 см. Такое положение ступней придает системе «стрелок — оружие» наибольшую устойчивость при стрельбе.

Относительно оси позвоночника (линия АБ на фото 2) ноги образуют приблизительно симметричный угол. Если так не сделать, корпус будет изгибаться вправо или влево.



# Расположение руки



# Угол локтя

