

Eigene Aufmerksamkeit - Bereitschaftsstufen - Situationen entwickeln sich!

Gefechtsbereitschaft - Cooper-Farbcode

https://de.wikipedia.org/wiki/Jeff_Cooper#Gefechtsbereitschaft_%E2%80%93_der_Cooper-Farbcode

Weiß unaufmerksam & unvorbereitet sichere Umgebung bekannte Personen	Bei einem Angriff im Status Weiß, bleibt als einzige Rettung die Unzulänglichkeit des Angreifers. Konfrontiert mit etwas Unangenehmen, wird die Reaktion vermutlich lauten: „Oh Gott, wie kann soetwas mir passieren!“
Gelb entspannt alarmiert ungewohnte Umgebung unbekannte Personen bewaffnet Augen & Ohren, Umfeld Deeskalation, Alarmierung, Rückzug, Flucht	Es liegt keine spezifische Bedrohung vor, jedoch besteht die Gedankenhaltung „heute könnte der Tag sein, an dem ich mich verteidigen muss“. Man ist sich bewusst, dass die Welt ein potentiell unfreundlicher Ort ist, und man ist darauf vorbereitet, sich notfalls zu verteidigen. <u>Man hält Augen und Ohren offen</u> und macht sich klar: „Ich könnte heute schießen müssen.“ Man muss nicht bewaffnet sein um diesen Zustand anzunehmen, jedoch falls man bewaffnet ist, sollte man in Zustand Gelb sein. Man sollte immer in Zustand Gelb sein, wann immer man in ungewohnter Umgebung ist, oder mit Personen zu tun hat, die man nicht kennt. Man kann für lange Zeitspannen in Gelb sein, so lange man die Möglichkeit hat, sich den Rücken frei zu halten. Man achtet auf Informationen aus der Umgebung, in einer entspannten aber aufmerksamen Weise. Mit Coopers Worten: „Ich könnte schießen müssen.“
Orange spezifisch alarmiert Deeskalation, Alarmierung, Rückzug, Flucht Ankündigung, gedanklicher Auslöser oder zurück nach Gelb	Etwas ist nicht ganz in Ordnung und erregt Aufmerksamkeit. Man richtet sein Hauptaugenmerk darauf, herauszufinden ob es eine Bedrohung gibt. Die Denkweise ändert sich in „Ich könnte auf IHN schießen müssen“. In Zustand Orange setzt man einen gedanklichen Auslöser : „Wenn 'x' passiert, muss ich ihn stoppen.“ <u>Die Pistole bleibt üblicherweise hier noch im Holster.</u> Zustand Orange bewirkt eine gewisse Anspannung, kann aber auch für längere Zeit aufrechterhalten werden, falls nötig. Wenn die Bedrohung sich als unbegründet erweist, schaltet man auf Gelb zurück.
Rot ist der Kampf und die Notwehr A_Ankündigen S_Schutzwehr T_Trutzwehr	Der gedankliche Auslöser, der in Orange aufgebaut wurde, wurde überschritten. „Wenn 'x' passiert, schieße ich auf diese Person.“ Ohne Angriffswille kein Kampf! Ohne Verteidigungswille keine Notwehr! Tritt der Zustand Rot ein, ist die Entscheidung (tödliche) Gewalt anzuwenden, bereits gefällt, der „mentale Anstoß“ wurde ausgelöst. Notwehr mit Waffen: Prüfungsschema A S T beachten.

Modern Isosceles- oder Modified Isosceles-Stance / Rechtshänder

Quelle: http://waffenkultur.com/waffenkultur_01.pdf Seite 16 ff

Ludwig Hoch, 03.03.2020

<https://www.all4shooters.com/de/shooting/waffenkultur/perfektes-dynamisches-pistolenschiesens-ipsc-schiesstechniken-der-ziehvorgang/>

Phase 1 / Position 1

HALT!!! UZwG

Schultern und Hüfte werden **auf das Ziel ausgerichtet**, der rechte Fuß leicht zurückgenommen, der Oberkörper leicht nach vorne gebeugt und die linke Hand flach auf den Brustkorb gelegt. Der Daumen der linken Hand ist dabei nach oben abgespreizt. Die rechte Hand ergreift das Griffstück der Waffe. Die Fingerspitzen der rechten Hand gleiten am Griffstück entlang bis in die endgültige Position. **Fester endgültiger Griff der Waffe.** Abgespreizter Daumen als Abstandshalter.

Phase 2 / Position 2

Close Retention Position **Stehenbleiben oder ich schieße!** UZwG

Die Schusshand zieht die Waffe **gerade nach oben** aus dem Holster. Dabei geht der rechte Ellenbogen so weit nach oben und hinten wie möglich. Das Handgelenk ist verriegelt und der Daumen der Schusshand ist nach oben abgespreizt - so dient er gleichzeitig als Referenzpunkt und Abstandshalter. Bei einer eventuell notwendigen Schussabgabe muss sich der Schlitzen der Pistole ungehindert bewegen können.

Die Waffe sollte nach vorn und **ca. im 45° Winkel nach unten** zeigen. Durch das enge Hochziehen der Waffe am Körper vermeidet man Zusammenstöße mit Hindernissen in sehr beengter Umgebung.

Warnschuss! (multilingual&international)

Die Close Retention Position (auch Close-Contact-Ready) ist die **erste Möglichkeit im Nahbereich** wiederholbar Wirkung ins Ziel zu bringen. Folglich ist am Ende beim **Revolver der Hahn gespannt, die Pistole entschert.**

Angriff beenden!

Beim Holstern wird in dieser Position wieder gesichert, ein Double-Action Revolver entspannt.

Phase 3 / Position 3

High Ready / Chest Ready

Die Waffe wird **zur Körpermitte hin** geführt. Dort wird die linke Hand ebenfalls zur Waffe geführt, beide Daumen treffen sich und der beidhändige Waffengriff hergestellt. Die **Laufachse ist nun parallel zum Erdboden** und die Waffe erreicht den unteren Bereich des Sichtfeldes unter dem zielenden Auge, dies erleichtert in Phase 4 die Aufnahme der Visierung. **Warnschuss!** UZwG Es kann **bis auf einige Meter Entfernung** geschossen werden, dazu muss der Schlitzen **ausreichend Platz nach hinten** für den Repetiervorgang haben. **Angriff beenden!**

Trainingsschwerpunkt für Phase 3 das sichere und wiederholgenau Herstellen der **stabilen beidhändigen Grifftechnik**, ohne visuelle Kontrolle. Muss einhändig geschossen werden, ändert sich an Phase 3 nichts, bis auf Nichtherstellen des beidhändigen Waffengriffs.

Phase 4 / Position 4

Appropriate Extension

Die Waffe wird nach vorne zum Ziel hin gestoßen. Dabei bewegt sich die Waffe aus der Haltung von Phase 3 **schräg nach vorne und oben**. Die **Laufachse bleibt** während dieses Vorgangs **parallel zum Boden**. Auf dem Weg nach vorne wird das **Korn bereits aufgenommen**, leicht von oben auf die Waffe schauend. Wenn Körperhaltung & Waffengriff stimmen, liegt das Korn ohne weitere Korrekturen auf dem Ziel. Wird einhändig geschossen, ergeben sich keine Änderungen, auch hier wird das Korn frühzeitig aufgenommen. **Warnschuss!** UZwG **Angriff beenden!** Die durchgängig parallel zum Boden ausgerichtete Laufachse soll das **Fishing und Bowling verhindern**.

Der Weg zurück ins Holster geht rückwärts über alle Phasen, in **Phase 3 mit letzter Umfeldbeobachtung**, in **Phase 2 beim Revolver Hahn entspannen, Pistole sichern**, Holster von Kleidung befreit mit kurzem Kontrollblick geholstert.

Fazit Ein sinnvoller Ziehvorgang **ergänzt um rechtliche Aspekte** stellt, zusammen mit einer möglichst kleinen Anzahl an weiteren Nachlade- und Bereitschaftshaltungen, ein Gerüst dar, an dem sich der Waffenanwender bei der gesamten Handhabung der Waffe orientieren kann. Grundsätzlich gilt für die vier Phasen des Ziehvorgangs, dass in jeder Phase die Waffe weiter oben und weiter vom Körper weg befindet als in der vorhergehenden.

Es sollte vermieden werden, die Waffe außerhalb der Phasen des Ziehvorgangs und einigen wenigen fest definierten Bereitschaftshaltungen zu bewegen.

Klare Abgrenzung (Theorie): **Bedrohung** / unmittelbarer Zwang / **Notwehr (Angriff beenden)**

Abstand einfordern / Schußw.einsatz ankündigen, verh.mäßig / **gegenwärtiger Angriff!**

notwehrfähige Individualrechte: Leib, Leben, Freiheit, Eigentum/Besitz, Ehre