

MANUÁL OBRANÉ STŘELBY

Pavel ČERNÝ
Michal GOETZ



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takového sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Copyright © Grada Publishing, a.s.

Prodáno 05.08.2016 na www.Kosmas.cz zákazníkovi 2012@stehno.cz, 2012@stehno.cz



Copyright © Grada Publishing, a.s.

Pavel Černý, Michal Goetz

Manuál obranné střelby

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

obchod@gradapublishing.cz, www.grada.cz

tel. +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400

jako svou 1906. publikaci

© Grada Publishing, a.s., 2004

Cover Design © Grada Publishing, a.s., 2004

Odpovědná redaktorka Michala Benešová

Grafická úprava Antonín Plicka

Fotografie Pavel Černý

Sazba Antonín Plicka

Počet stran 216 a 8 stran barevné přílohy

První vydání, Praha 2004

Vytiskly tiskárny PBtisk Příbram

Prokopská 8, Příbram IV

ISBN 978-80-247-0739-6

Obsah

Předmluva	9
Úvod	11
1 Výběr zbraně	13
2 Vybavení pro výcvik	17
3 Fáze I / Základní střelecké dovednosti	29
3.1 Bezpečnost	29
3.1.1 Hlavní bezpečnostní zásady	30
3.1.2 Chování na střelnici	30
3.1.3 Bezpečné skladování zbraně	31
3.1.4 Nežádoucí výstřel	32
3.2 Zbraň – ovládací prvky, rozebírání, skládání, údržba	33
3.2.1 Hlavní části zbraně	33
3.2.2 Demontážní prvky	33
3.2.3 Ovládací prvky zbraně	33
3.2.4 Čištění zbraně	35
3.3 Příprava zbraně – základní manipulace	36
3.3.1 Kontrola munice a plnění zásobníku	36
3.3.2 Zasunutí zásobníku do zbraně	37
3.3.3 Natažení závěru – nabití	37
3.3.4 Sklopení kohoutu	39
3.3.5 Ukládání zbraně do pouzdra	40
3.3.6 Vybití a kontrola zbraně	41
3.4 Úchop zbraně	43
3.4.1 Obouruční úchop	43
3.4.2 Jednoruční úchop	44
3.5 Základní postoj	46
3.5.1 Postoj při obouruční střelbě	46
3.5.2 Postoj při jednoruční střelbě	47
3.6 Základy mířené střelby	48
3.6.1 Řídící oko	49
3.6.2 Obraz mířidel	49

3.6.3	Míření na terč	50
3.6.4	Spouštění	51
3.6.5	Odhled	52
4	Fáze II / Dynamická střelba	53
4.1	Pohotovostní poloha	53
4.2	Zamíření v dynamické střelbě	54
4.2.1	Střelba ukázáním	55
4.2.2	Střelba s letmou kontrolou mířidel	56
4.2.3	Závěry pro praxi	57
4.3	„Zapíchnutí“	58
4.4	Tasení	60
4.4.1	Tasení z bočního opaskového pouzdra	61
4.4.2	Tasení ze skrytého nošení pod oděvem	63
4.4.3	Tasení z ledvinky	66
4.4.4	Tasení s natažením	68
4.5	Závady a jejich odstraňování	71
4.5.1	Příčiny závad	71
4.5.2	Odstraňování závad	73
4.6	Opakovaný výstřel	76
4.6.1	Úskalí opakovaného výstřelu	76
4.6.2	Režimy opakovaného výstřelu	77
4.7	Přenášení střelby	78
4.7.1	Přenášení na cíle na střední vzdálenosti (cca 3–15 m)	79
4.7.2	Přenášení na blízké cíle (cca do 3 m)	80
4.7.3	Přenášení na cíle na delší vzdálenosti (více než 15 m)	80
4.7.4	Přenášení na cíle ve velkém úhlu	80
4.7.5	Přenášení na cíle různě vzdálené	82
4.7.6	Cíle různé velikosti	82
4.8	Stranové změny postoje	82
4.8.1	Reakce do slabé strany	82
4.8.2	Reakce do silné strany	84
4.8.3	Otočka	85
4.9	Střelba v různých pozicích	86
4.9.1	Kleky	86
4.9.2	Střelba vleže	90
4.10	Přebíjení	95
4.10.1	Rychlé (nucené) přebití	95
4.10.2	Taktické přebití	99
4.10.3	Přebíjení v atypických polohách	102

4.11	Střelba z krytu	103
4.11.1	Základní rozdělení krytů	104
4.11.2	Nácvik zaujmutí a využití krytu	107
4.12	Střelba na překrytý cíl	108
4.13	Pohyb se zbraní a střelba za pohybu	110
4.13.1	Přesun se zbraní	110
4.13.2	Střelba ze zastávek	111
4.13.3	Střelba za pohybu	115
4.14	Střelba na pohyblivý cíl	117
4.15	Střelba za ztížených podmínek	119
4.15.1	Rozhodovací schopnost	120
4.15.2	Časový stres	121
4.15.3	Tělesná zátěž	121
4.15.4	Rušivé akustické vlivy	122
4.15.5	Cvičení po bolesti	123
4.16	Systém přípravy ve fázi I–II	123
4.16.1	Obecné principy tréninku	123
4.16.2	„Sušení“ a nácvik manipulace	128
4.16.3	Příklad tréninkové jednotky	131
4.17	Závěrečný test fáze II	133
4.18	Vymezení nejnižších dovedností potřebných pro fázi III	135
5	Fáze III / Přechod k realitě	137
5.1	Sport versus sebeobrana	137
5.2	Některá specifika pro střeleckou přípravu ve fázi III	138
5.2.1	Vybavení	138
5.2.2	Doplňkové aktivity	139
5.2.3	Hlavní zásady výcviku	139
5.3	Oprávnění – odhodlání – rozhodnutí	140
5.4	Nošení zbraně	141
5.5	Taktika	142
5.5.1	Prevence a předcházení vzniku rizikových situací	143
5.5.2	Vytvoření co nejvýhodnějších podmínek na počátku střetnutí	152
5.5.3	Optimální reagování na změny vývoje	159
5.5.4	Zajištění nutných úkonů po skončení situace	165
5.6	Zvláštní varianty situací	167
5.6.1	Střetnutí na velmi blízkou vzdálenost a techniky v kontaktu	167
5.6.2	Napadení v automobilu	171
5.6.3	Prohledávání v zástavbě	174
5.6.4	Střetnutí za zhoršených světelných podmínek	183

5.6.5	<i>Střelba po zranění</i>	195
5.6.6	<i>Boj s více protivníky</i>	200
5.6.7	<i>Použití zbraně proti zvířeti</i>	201
6	Psychické aspekty situace po násilném střetnutí	203
7	Integrace fází I, II, III	205
7.1	Modelové situace	205
7.2	Soupeřská cvičení	206
7.3	Projekční systémy	209
7.4	Schéma komplexní přípravy	210
	Slovo závěrem	211
	Použité zdroje	213

Předmluva

Pokud jste se rozhodli přečíst tuto knihu, zřejmě patříte, nebo budete patřit, k lidem, v jejichž životě hraje zbraň významnější úlohu. Důvody pro to, mít vůbec zbraň, se mohou u jednotlivých vlastníků velmi různit. Pro všechny by ale mělo být hlavním cílem dosažení takové úrovně znalostí a dovedností, aby zbraň co nejlépe posloužila účelu, pro který byla pořízena. U někoho může jít o rekreační střelbu, u jiného je hlavním motivem soutěžní činnost, další pak spatřují v krátké palné zbraní nejvhodnější prostředek pro svoji ochranu. Následující stránky mohou přispět k zlepšení úrovně každého z nich. Mohou se stát vodítkem pro ty, kdo se rozhodli s vlastní přípravou právě začít, i pro ty zkušenější, kteří hledají další podněty a povzbuzení pro svůj pokračující náročnější výcvik. Omezený rozsah publikace nám však neumožňuje detailně rozebřit některé ze základů, jako je nauka o zbraních a střelivu apod. Dovolujeme si předpokládat, že čtenář této knihy již vlastní zbrojní průkaz a disponuje tedy alespoň základními teoretickými znalostmi, a to i v legislativní oblasti.

Jako autoři si rozhodně neklademe za cíl aspirovat na něco zcela objeveného. Spíše chceme na základě našich a zahraničních zkušeností shromáždit a didakticky seřadit vhodnou náplň moderní střelecké přípravy podle nejnovějších výcvikových trendů a navázat na dosud již u nás publikované informace. Současně bychom rádi zdůraznili vzájemnou provázanost technik se zbraní jako účinným bojovým nástrojem s dalšími podstatnými souvisejícími faktory.

Na této knize se svou spoluprací podíleli i někteří ze současné špičky domácí scény akční střelby. Jejich propracované a vysoce funkční techniky, ověřované dlouhodobými mistrovskými výkony, mohou proto být pro mnohé cennou inspirací a výzvou.

Doufáme tedy, že uživatelé krátké palné zbraně zde skutečně naleznou alespoň část z toho, co může obohatit jejich schopnosti v praktickém používání zbraně. Mějme ale stále na paměti, že rozhodně nestačí pouhé čtení knih či časopisů. Ke kvalitnímu zvládnutí uvedených postupů je třeba adekvátní péle a nemalého úsilí, a to jak fyzického, tak duševního, v tréninku i mimo něj. To znamená jediné: myslet, cvičit a střílet.

Chceme poděkovat všem, kteří radou či jinou pomocí přispěli ke vzniku následujících stran.

Autoři

Autoři neručí za jakékoliv škody na zdraví a majetku způsobené chybným výkladem, nesprávným provedením nebo případnou tiskovou chybou. Současně se také distancují od jakéhokoliv nezákonného zneužití předkládaných informací a postupů kterýmkoliv z čtenářů. K aplikaci uvedených technik se zbraní je nutné striktně dodržovat nejvyšší míru opatrnosti, všechny bezpečnostní zásady a legislativní normy!

Techniky na fotografiích předvádějí:

Pavel Gilar, instruktor střelecké přípravy, nositel 12. stupně bojového systému Wing-Tsun.

Martin Hradecký, instruktor střelecko-taktické přípravy, specialista na osobní ochranu firmy Skatach, externí cvičitel speciálních policejních útvarů.

Miloš Müller, jeden z představitelů absolutní domácí špičky střelby IPSC v kategorii Standard, držitel mistrovské výkonnostní třídy IPSC, dlouholetý instruktor střelby.

Petr Smutný, trojnásobný mistr republiky v IPSC v kategorii Standard, držitel mistrovské výkonnostní třídy IPSC, dlouholetý instruktor střelby.

Václav Vinduška, dvojnásobný mistr republiky v IPSC v kategorii Production, držitel mistrovské výkonnostní třídy IPSC, dlouholetý instruktor střelby.

Aleš Vondráček, jeden z nejpřednějších střelců IPSC v kategorii Production, držitel mistrovské výkonnostní třídy IPSC a titulu master IDPA, zakladatel a instruktor Akademie obranné střelby Aegis.

Úvod

Komplexní výcvik obranné střelby jsme rozdělili do tří fází, kterými je třeba projít postupně. Vyšší fáze v sobě zahrnuje dovednosti fáze či fází předchozích, rostou i nároky na úroveň pozornosti a bezpečnostní návyky střelce.

Fáze I zahrnuje zafixování bezpečnostních zásad, základy manipulace se zbraní a nezbytné dovednosti pro mířenou střelbu ze základního postoje. Při mířené střelbě nám zde nejde o nic jiného, než o zvládnutí dostatečně precizního spouštění, odbourání „strachu“ z výstřelu a udržení správného obrazu mířidel. Z hlediska obranné střelby by např. úsilí o třicetimetrové rozptyly na vzdálenost 25 metrů bylo zbytečným zdržováním. Přeskočit či dostatečně nezažít fázi I ovšem může znamenat, že nikdy nedosáhnete nadprůměrných výsledků.

Náplň **fáze II** tvoří v úvodu základní techniky jako tasení, dynamické natažení zbraně, střelba z různých pozic, opakovaný výstřel, přenášení střelby, přebíjení apod. Pak se dostaneme ke složitějším dovednostem, jako je střelba za pohybu a na pohybující se cíl, střelba z krytu atd. Tato fáze vrcholí nácvikem střelby za ztížených podmínek, kdy jsou získané dovednosti ověřovány a fixovány pod zátěží, kterou může být např. intenzivní fyzická námaha, psychický tlak apod. Celou uvedenou škálu střeleckých technik shrneme pod pojem dynamická střelba. Některé z těchto technik jsou využívány i ve sportovních disciplínách, např. v IPSC a IDPA. V závěrečných etapách této fáze se stále výrazněji projevuje existence dvou způsobů provedení zmíněných úkonů – bojové a sportovní. Možnost „přepínání“ boj/sport v různých podmínkách u jednoho střelce je opakovaně diskutována a každý by si ji měl zvážit sám.

V předchozích fázích šlo o osvojení si technické báze obranné střelby. Dosud však chybí to hlavní – reálný soupeř. Jistěže jsme se potýkali s časem a dalšími stresovými faktory, ale až ve **fázi III** přistupuje „komplikace“ spočívající v tom, že při konfrontaci může svou akci provést ten druhý rychleji, lépe a hlavně v pravý okamžik. Začneme taktickou a psychickou přípravou v celé její šíři, od preventivních opatření přes průběh řešení konfliktu až po kroky, jež mají následovat po ukončení situace. Součástí této fáze je i seznámení s řadou dalších souvisejících informací, jako je problematika účinků střeliva na lidský organismus, využití balistických ochranných prostředků apod. Vzhledem k pokročilosti střelce, který již má mít za sebou fázi I a II, je možné začít se věnovat i náročnějším technikám, jako je střelba za zhoršených světelných podmínek, příprava na střelbu po zranění, pohyb v zástavbě s očekáváním útočníka apod. To vše již s aplikací správných taktických postupů. Závěrečným prvkem fáze III je integrace všech složek přípravy do jednoho funkčního celku. K tomu jsou využívány modelové situace nejčastěji v kombinaci s některým ze soupeřských systémů, tedy tréninková střetnutí s paintballovými nebo airsoftovými zbraněmi, případně FX municí a vložnými soupravami do reálných zbraní. Tím si ověřujeme zda naše rychlost a přesnost je skutečně dostatečná a zda dokážeme i pod tlakem obavy ze zásahu vybrat a udržet ten pravý taktický postup. Snažíme se vytvořit takové podmínky, aby byla co největší podobnost s reálnou si-

tuací. Proti nám již nestojí pasivní terč jako ve fázi II, ale protivník, který předpokládá naše chování a hlavně opětuje střelbu. Zkrátka, chce dostat on nás... Jde o výcvik „síla proti síle“, „mysl proti mysli“. Konečným cílem by mělo být to, aby se nabyté znalosti a postupy staly součástí našeho života a byly tak skutečně použitelné. Fáze III je tak logickým vyvrcholením obou předchozích etap.



Mýty a „střelecká latina“

Některé kapitoly v knize jsou doplněny i ukázkami obvyklých zavádějících tvrzení – mýtů, kterými budou „krmení“ od některých „zkušených střelců“ zejména ti začínající. Několik z nich je pro pobavení, ale v jiných se skrývají skutečná rizika.

1 Výběr zbraně

Tato kapitola je určena těm, kteří se rozhodli nějakou zbraň zakoupit. Pokusíme se dát pár tipů, jak se vyhnout poměrně časté situaci, kdy se po pozdním „prozření“ snaží nešťastný majitel udat svoji první, zbrkle zakoupenou zbraň, a to zpravidla za zlomek původní ceny. Pokud tedy nechcete být jedním z takových nešťastníků, věnujte alespoň malou pozornost následujícím řádkům.

Výběr první zbraně je v mnoha případech velmi nejasnou záležitostí, která stojí nemalé množství energie a času. Důvodem není jen nedostatek informací o zbraních jako takových, ale především nejasnost o vlastním účelu, podobě a typu požadované zbraně. Někteří to možná z minulosti znají: „Hele, chci si koupit zbraň, co mám chtít? Jaká je nejlepší?“. Na to se dá pochopitelně jen těžko stručně odpovědět a těžce se to vysvětluje. Je to jako dotaz: „Co si mám koupit za auto?“. Bez mnoha doplňujících informací vám totiž sotva někdo poradí. Zvláště když dotyčný ještě dlouho nebude vědět, co vlastně chce (nebo ve složitějším případě, jestli zbraň chce vůbec). Doporučovat něco bývá navíc trochu nevděčné. Proto každý, kdo o koupi zbraně uvažuje, by si měl dopředu udělat jasno v tom, co zhruba hledá. Pokud to totiž nevíte, můžete se lehce stát lacinou obětí rady nějakého zvláště svérázného střeleckého „experta“ nebo nebudete mít při konzultaci v obchodě štěstí na dostatečnou odbornost (či solidnost) prodávče a odnesete si ten nejzbytečnější a nejméně prodejný „kvér“, který zcela oprávněně v obchodě leží celé roky. Bez vlastní jasné představy můžete zakrátko takové ukvapené koupi litovat. K získání základních kritérií pro výběr vám mohou pomoci jednoznačné odpovědi na následující otázky.

Proč (a na co) chci vlastně zbraň?

- ☐ pro pocit, radost z vlastnění,
- ☐ pro rekreační střelbu,
- ☐ pro cílenou soutěžní činnost,
- ☐ pro sebeobranu,
- ☐ do služby.

Budu zbraň nosit?

- ☐ pro stálé nošení,
- ☐ časté nošení,
- ☐ občasné nošení,
- ☐ nebudu zbraň vůbec nosit.

Kolik chci do zbraně investovat peněz?

- ☐ do 3 000,
- ☐ do 10 000,
- ☐ do 20 000,
- ☐ nezáleží na ceně.

Kolik budu měsíčně střílet nábojů?

- ☐ 50,
- ☐ 200,
- ☐ 500,
- ☐ 1 000 a více.

?

Chci pistoli nebo revolver?

- ⊙ ještě nevím,
- ⊙ je mi to jedno,
- ⊙ rozhodně revolver,
- ⊙ rozhodně pistoli.

Chci celokovovou zbraň?

- ⊙ rozhodně kov,
- ⊙ plastový rám,
- ⊙ nevím,
- ⊙ je mi to jedno.

Jakou chci ráži?

- ⊙ malorážku,
- ⊙ velkorážovou,
- ⊙ specifický náboj pro sport,
- ⊙ služební ČR (9 mm Luger).

Chci se zbrání chodit i na soutěže? Jaké?

- ⊙ UIT¹,
- ⊙ IPSC², IDPA³,
- ⊙ EPP⁴,
- ⊙ nechci soutěžit.

Budu si přebíjet náboje?

- ⊙ rozhodně,
- ⊙ nevím,
- ⊙ určitě ne.

¹ **UIT:** Union International de Tir. Mezinárodní organizace (u nás zastoupená Střeleckým svazem), která zastřešuje všechny disciplíny olympijské střelby. Jde ve velké většině o mířenou střelbu, bez omezení času.

² **IPSC:** International Practical Shooting Confederation, u nás zastoupená Asociací praktické střelby ČR. Je jednou z nejrychlejších střeleckých disciplín. Závodník musí vhodným způsobem skloubit požadavky na rychlost a přesnost střelby, to vše se zbrání minimální ráže 9 mm Luger. Soutěže se skládají z několika stanovišť, která obsahují dva druhy terčů (papírové a kovové) rozmístěné v různých vzdálenostech od závodníka. Terče jsou i pohyblivé, viditelné pouze zčásti nebo kryté zástěnami, které je nutno obejít. Jsou kombinovány s tzv. ne-terči, které představují nezáčastněné osoby.

³ **IDPA:** International Defence Pistol Asociation. Jde o mezinárodní asociaci provozující obdobu soutěží IPSC. V ČR je její odnoží Asociace obranné střelby. Vybavení a střelecké situace mají respektovat požadavky pro sebeobranu pojetí střelby. Je požadováno skryté nošení zbraně, účinné využívání krytů a respektování správných taktických postupů při řešení situace.

⁴ **EPP:** Evropský policejní parkur. Jedná se o závody služebními typy zbraní. Střílí se v různých polohách, z určitých vzdáleností a v pevně daných časech na jeden papírový terč. Absolutní nástřel 50 ran znamená 250 bodů. Tento rekord drží vynikající český závodník Petr Znamenáček.

Pokud si na naznačené otázky odpovíte a sepíšete výsledek, pak s těmito fakty již bude pro někoho fundovanějšího radost vám poradit. Jemu ušetříte čas a sobě možná peníze. Často se však u nemalého procenta zájemců při výběru zbraně uplatňují i iracionální hlediska („prostě se mi ta pistole líbí a hotovo“), která si pak při konzultaci s odborníkem velmi sverepě hájí. Většinou až pomine prvotní okouzlení, začne se nový majitel setkávat s nevýhodami, které předtím tvrději ignoroval. Pokud tedy zbraň skutečně potřebujete a nechcete si koupit jen hračku, která se vám právě líbí (na jak dlouho?), doporučujeme variantu „sňatek z rozumu“. Uvidíte, že zbraň, která vám bude skutečně sloužit, se vám rychle začne také líbit.

Chceme se zde vyhnout obvyklým polemikám a diskusím o „té zaručeně nejvhodnější zbraní“. Názorů na vhodnou sebeobranou zbraň může být mnoho. Rozsah knihy nám však neumožňuje blíže se zabývat širší škálou palných zbraní použitelných pro sebeobranu. Každá z nich může být v určitých podmínkách účinná proti případnému útočníkovi.

Na druhou stranu je mnoho zbraní, které některou ze svých vlastností přinášejí nezanebatelná omezení z hlediska praktičnosti či menší účinnosti (např. nepříjemná hmotnost a rozměry pro denní nošení, nedostatečná nábojová kapacita, ráže⁵ s nedostatečným či omezeným účinkem, spoušťová konstrukce zbraně).

Na dalších stránkách této knihy jsou zobrazeny a zmiňovány převážně zbraně, které jsou u nás i ve světě považovány za ty, které nabízejí nejvyšší bojovou hodnotu, včetně možnosti skrytého nošení. Jde zejména o nejexponovanější moderní samonabíjecí pistole s velkou kapacitou nábojů (15–20) a ráží 9 mm Luger či .40 SW a spoušťovým ústrojem s možností bezpečného nošení s nábojem v komoře. Majitelé odlišných pistolí však mohou být klidní, většina uvedených technik je i pro ně použitelná, nebo je velmi podobná. S přihlédnutím k některým specifikům to platí i pro zastánce revolverů.

⁵ **Ráže:** Označování nábojů smluvním termínem, nejčastěji se používají systémy:

- a) metrický, kdy je náboj označen ráží v mm × délka nábojnice v mm (event. s doplňkovým znakem), např.: 9×19, 9×17;
- b) palcový, kdy je náboj označen ráží v tisícinách (anglické náboje) nebo setinách (americké náboje) anglického palce, např. .40, .45, .357 (jedná se často jen o smluvní hodnotu, nikoli o přesný rozměr). Číselný údaj je doplněn slovním označením, obvykle jménem konstruktéra, firmy, která náboj zavedla, nebo typickou vlastností náboje. Např. .40 SW, .45 ACP (Automatic Colt Pistol), .357 Mag (Magnum). Dalším údajem, který je z hlediska sebeobrany velmi podstatný, je ústřevná a dopadová energie střely. Ta přímo (spolu s dalšími okolnostmi jako je typ střely, její průřez apod.) souvisí s ranivostí a tzv. „stop-efektem“, tedy zastavujícím účinkem dané zbraně. Tímto tématem se podrobněji zabýváme ve fázi III.



Obrázek 1

Dva extrémy zbraní. Pistole a revolver, těžké „dělo“ a silnější malorážka. Je na každém člověku, co si chce pořídit a nosit. Důležité je především mít zbraň v době krizové situace vůbec s sebou. Všechny zbraně mohou být účinným smrtícím nástrojem, záleží především na okolnostech a způsobu užití.

2 Vybavení pro výcvik

Kromě zbraně a munice budeme potřebovat některé nezbytné vybavení (bez kterého nejsme schopni účelně provádět střelecký trénink: ochrana sluchu a zraku, pouzdro na zbraň a zásobníky, opasek, terče apod.) i vybavení speciální (ulehčující a zefektivňující výcvik: protimer, videokamera, střelecká taška apod.). Výhodné je, pokud nás bude na nákup dražšího vybavení více a můžeme nemalé náklady na vybavení rozdělit.



Obrázek 2

K účelnému tréninku je nutné potřebné vybavení. Ochranné prostředky (sluchátka a brýle), terče a zálepky. Velkým pomocníkem jsou fixační prostředky a prošívačka. Protimer k měření času střelby pak zvyšuje možnosti další přípravy.

Zásobníky

Pro nácvik obranné střelby nevystačíme pouze s jedním nebo dvěma zásobníky. Pohotová výměna zásobníků, tzv. přebíjení, je jednou ze základních dovedností, kterou je třeba pečlivě nacvičit. Aby se tato činnost plně zautomatizovala, je nutné ji mnohokrát opakovat, mezi sériemi jiných úkonů (změna polohy, změna cíle apod.). Kromě toho, že se zásobníky časem mírně poškodí, není praktické cvičení přerušovat po jednom přebíjení. Smiřte se tedy s tím, že minimální počet pro začátek jsou tři zásobníky.

Ostrá munice

Zvládnutí dynamické střelby je náročné na spotřebu munice. Pokud uvážíme, že průměrný trénink může vydat i na 150–200 ran, pak při použití tovární munice nejobvyklejší ráže 9 mm Luger zaplatíme při maloobchodní ceně 700–1000 Kč. A to jen za střelivo, k tomu musíme přidat náklady na dopravu, střelnici, terče atd. A vzhledem k tomu, že je vhodné trénovat alespoň jednou týdně, tak za rok náklady lehce vyšplhají na několik desítek tisíc korun. Proto je výhodnější použití munice tzv. přebíjené, která je levnější. Přebíjení zde znamená, že vystřelené nábojnice se po nezbytném vyčištění znovu naplní prachem a opatří střelou a zápalkou. K tomu účelu slouží přebíjecí lis. Na trhu je velký výběr těchto lisů, liší se hlavně podle komfortu obsluhy. Pokud budete používat ráži 9 mm Luger, pak nebudete mít o prázdné nábojnice nouzi, střelců, kteří mají zbraně této ráže a nepřebíjejí, je stále dost. Navíc existují veřejné střelnice, kde trénují i ozbrojené složky, jejichž příslušníci se sbíráním nábojnic rozhodně nezdržují. U vzácnějších ráží, například .40 SW, to bude horší, neboť tento kalibr je velmi vhodný pro IPSC a tam je každému ze střelců nábojnice drahá.

Další úspory peněz můžeme dosáhnout používáním olovených střel místo nejobvyklejších pláštovaných.⁶ Oloveným střelám je vytýkána kromě menší přesnosti a vyššího znečišťování hlavně nevhodnost pro zbraně s polygonálním vývrtem⁷. K prvnímu argumentu můžeme říci, že z hlediska nároků na přesnost u obranné střelby je rozdíl olovo/celoplášť zanedbatelný. Pokud jde o hlavně s polygonálním vývrtem, vycházíme ze zkušeností z IPSC, kde většina střelců používá olovené střely a z nich vysoké procento tvoří „Glockaři“ s „téměř polygonálními“ vývrty hlavní. Statistice takto vystřelených ran ukázaly bezproblémovou kompatibilitu olova a polygonu.

⁶ Jedná se o vyjádření materiálové homogenity či ochrany povrchu projektilu odlišným materiálem. Nejzákladnějším výrobním provedením střel jsou střely celoplášťové (přední a boční část střely je pokovená), poloplášťové (hrot střely je nepokoven) a olovené.

⁷ **Polygonální vývrt:** Nejčastějším provedením vývrtního profilu hlavně je tzv. drážkování. Zvláštním typem drážkovaného vývrtního profilu ve tvaru mnohoúhelníku se zaoblenými rohy je vývrt polygonální. Při průletu střely hlavní dochází k menšímu usazování nečistot a k jejich snadnějšímu odstranění (např. u pi Jericho, Glock apod.).

Podle typu a kvality zbraně budeme nuceni se trochu zamyslet nad výběrem zápalky⁸. Liší se mimo jiné podle tvrdosti a tedy snadnosti iniciace. Vyplyvá to z bezpečnostních norem země výrobce. Mezi tvrdší patří zápalky Sellier-Bellot, měkčí vyrábí zahraniční CCI nebo Fiochi, ty jsou pochopitelně dražší. Od tvrdosti zápalky se také odvíjejí určité nároky na zbraň. Někteří výrobci mají menší nároky na vycentrování úderníku proti ose hlavně. To se projeví tím, že zápalník nebije na střed zápalky, a to podle její tvrdosti může negativně ovlivnit iniciaci. Jak je na tom naše zbraň s vycentrováním úderníku, to snadno poznáme podle otisku na zápalce vyhozené nábojnice. Musíme počítat s tím, že při přebíjení nemusíme dosáhnout tak přesného zasazení zápalky jako tovární výrobce, takže význam nepřesnosti úderníku se ještě zvýrazní. Částečně je to řešitelné použitím silnější úderníkové pružiny, ale pokud ještě máte možnost, pak pro sebeobranu vybírejte zbraň nekompromisně.

Výběr prachu je pro naše účely možné podřídít ceně, nejde nám o závodní střelbu, kde je i tento faktor důležitý.

Shrnutí: Přebíjená munice je levnější, při zachování pečlivosti postupu a operací přebíjení spolehlivá. Nevýhodou je pracnost jejího obstarávání a také fakt, že hodně „kouří“, což vadí zejména na krytých střelnicích a při střelbě proti slunci. Velmi podstatné může být také zdravotní hledisko při střelbě „olovem“ na krytých, nedokonale odvětrávaných střelnicích (při tření střely o stěny hlavně vznikají miniaturní částice olova, které se rozptýlí do vzduchu střelnice). V takovém prostředí mnoho střelců užívá raději nejen celoplášťové náboje, ale jsou i tací, kteří začínají podle světových trendů užívat i tzv. zdravou municí, u které ke kontaktu olova střely s vývrtem vůbec nedochází (náboj je totiž kompletně zaplášťován a slož zápalky je také netoxická). Pro mnohé jsou kompromisem teflonem potažené olověné střely, které nejsou drahé a nedochází k tak markantnímu znečištění hlavně.

Školní náboje

Podstatnou část tréninku bude tvořit „suché“ cvičení, tedy nácvik zacházení se zbraní bez vlastní střelby. Takto budete trénovat techniky tasení, natahování, přenášení střelby⁹, přebíjení atd. Pro tento účel jsou někdy využívány tzv. školní náboje. K dostání je plastové provedení, většinou červené barvy, které slouží sice k ochraně úderníku zbraně při „suchém“ spouštění, ale již nedostačuje k dovážení zbraně a zásobníků na hmotnost, jako při použití ostré munice. Navíc jsou tyto náboje poměrně křehké. Experimenty, kdy do zásobníku ostré munice někdo navrch doplní několik takovýchto lehkých „patron“, jsou z bezpečnostního hlediska nepřijatelné. Osvědčuje se spíše použití běžných nábojnic s olověnou střelou (barevně označených), pochopitelně bez prachu. Na místo zápalky napěchujeme výlisek z tvrdší pryže, jaký vypadne z průbojníku odpovídajícího průměru. Protože, jak už jsme se zmínili, je nutné

⁸ **Zápalka:** Jedna z komponent náboje v zadní části nábojnice. Dopadem zápalníku (přední část úderníku zbraně) dochází k zážehu zápalky a jejím prostřednictvím k iniciaci prachové složky náboje.

⁹ **Přenášení střelby:** Změny směru míření při střelbě na více cílů. V textu dále jen „přenášení“.

„sušit“ i přebíjení, budeme potřebovat alespoň 25 takových nábojů (což zhruba odpovídá kapacitě jednoho plného a druhého částečně vystřeleného zásobníku).

Pouzdro na zbraň

Zaměření na sebeobranu předpokládá ochotu nosit zbraň v každodenním životě. Pistole zamčená v trezoru je sice dobře zabezpečena proti zneužití, ale stejně tak proti případnému použití. Nošení zbraně jistě přináší určité nepohodlí, ale lze si docela dobře zvyknout, včetně přizpůsobení šatníku. Výběr vhodného pouzdra je tedy věcí důležitou, ale naštěstí již ne tak složitou jako volba zbraně.

Kritéria pro výběr pouzdra vycházejí ze spolehlivosti, z možnosti pohotového použití a z požadavku skrytého nošení. První věcí, kterou je zde třeba rozhodnout, je umístění pouzdra. Z literatury i filmů jsou známa různá krkolomná použití (kotníkové, zádové atd.). Ze zkušeností však vychází nejlépe pouzdro opaskové boční umístěné na straně silné¹⁰ ruky. Výhodou je vynikající dostupnost a pohotovost použití, skrytost nošení je dostatečná pro většinu běžně používaných zbraní. Nevýhodou je malá dostupnost při sezení v automobilu, zejména při použití bezpečnostních pásů. Z těchto důvodů mnozí z těch, kteří celodenně používají automobil, preferují křížovou variantu opaskového pouzdra. Tomuto způsobu můžeme ovšem vytknout horší dostupnost a pohotovost ve většině ostatních situací. Provedená měření ukazují v tomto případě u technicky stejně vyspělých střelců znatelně delší časy od signálu k tasení do výstřelu. Nehledě na to, že během oblouku, který hlaveň opíše při tasení, může být mířeno i na neúčastněné osoby. Na střelnici budeme mít problém s dodržením směru hlavně požadovaným bezpečnostními zásadami.

Opaskové boční pouzdro má několik variant – uzavřenou a otevřenou, vnitřní a vnější¹¹. Uzavřením se myslí překrytí rukojeti zbraně chlopní, jež je pak různými způsoby zajištěna. U otevřených pouzder je rukojeť nekrytá, z hlediska bezpečnosti je ovšem nutné, aby byl zakrytý lučik spouště. Fixace zbraně v pouzdře je zajištěna buď řemínkem jdoucím přes zadní část rámu, zaklapnutím zbraně do výlisku v pouzdře, nebo pouze odporem pouzdra daným smykovým třením. Z hlediska bezpečnosti můžeme považovat za dostatečnou první i druhou variantu, tedy zaklapnutí zbraně do pouzdra. Z taktického i praktického hlediska je to únosné. Vnitřní varianta opaskového pouzdra ještě více vychází vstříc požadavku na skryté nošení a je doporučována například v izraelských výcvikových programech. Méně příjemným faktem je těsné přimknutí pažby k tělu, což může zhoršovat rychlý a stabilně bezchybný úchop zbraně.

¹⁰ **Silná/slabá strana (ruka, noha):** Strana příslušná/opačná k „dominantní“ ruce držící zbraň. U pravorukého střelce je silnou stranou pravá.

¹¹ **Vnitřním** pouzdrem rozumíme pouzdro umístěné mezi tělem a okrajem kalhot (vyčnívá tak pouze rukojeť zbraně). **Vnější** pouzdro je fixováno klasicky zevně na opasku.



Obrázek 3

Pro získání potřebných návyků je dobré si pořídit vhodné pouzdro již na počátku výcviku. Variant je mnoho, každý by měl proto důsledně zvážit své potřeby a míru účelnosti výrobku. Několik příkladů pouzder:

- 1 horizontální podpažní nylonové MLC
- 2 ledvinka se skrytým pouzdem
- 3 boční opaskové pouzdro s řemínkovým jištěním patentkou
- 4 vnitřní měkké textilní pouzdro SIDEKICK s jistícím klipsem
- 5 plastové samosvorné pouzdro FOBUS se zasunovacím „pádlem“
- 6 standardní opaskové navlékací pouzdro GLOCK z plastu

Kvalitní upevnění pouzdra na opasku je základním požadavkem. Způsobů je několik: pružná kovová spona, klasické poutko, polouzavřené poutko, tzv. „pádlo“¹² (obr. 3). Výhodou první a poslední varianty je, že pouzdro sejmeme, aniž bychom museli složité vyvlékat opa-

¹² „Pádlem“ je míněna závěsná část plastového pouzdra, která se zasunuje za vnitřní část kalhot s opaskem. Široká, vyhnutá plocha „pádla“ je opřena o kyčel.

sek z kalhot. To je však zároveň slabinou. Zejména u kovové spony se nezřídka stává, že při prudkém tasení půjde nechtěně ven obojí, zbraň i pouzdro.

Pokrok ve vývoji pouzder je nejvýraznější v oblasti materiálů. Tradiční kůže je nahrazována umělými materiály na bázi nylonu. Příkladem takových kvalitních, u nás dostupných pouzder jsou výrobky firmy MLC Příbram. Hlavní výhodou pouzder z umělých vláken je trvanlivost. Novým trendem jsou pouzdra z plastů. Jsou lehká, odolná a díky přesnému lisování do nich zbraň příslušného typu dokonale zapadne. Oproti kůži, kde se také uplatňuje lisování tvaru podle zbraně, nemění časem vlastnosti, neroztáhnou se. Velmi oblíbenými jsou kvalitní plastová pouzdra s pádlem, jaké vyrábí izraelská firma Fobus (pádlo se zasunuje pod kalhoty, výstupkem ve spodní části pádla se pouzdro zasekne za opasek, ten se nemusí nikam provlékat), která přesvědčila i skeptiky do té doby přísahající na klasická poutka na pásek. Existují i ve variantě se stavitelným kloubem. To umožní nastavit si optimální náklon zbraně podle způsobu tasení a postavy, ale na druhou stranu oddaluje zbraň od opasku a tím poněkud zhoršuje skrytost nošení.

Zvláštním a populárním způsobem skrytého nošení zbraně je ledvinka. Na trhu se objevuje několik typů ledvinek různého provedení a kvality. Většina jich ale má tu chybu, že jsou převážně černé barvy a „notoricky známého“ designu. Pak sice nosíme zbraň skrytě, ale velké procento zasvěcených kolem ví jistě, že jsme ozbrojeni. Tím ztrácíme jednu z deviz skryté zbraně, v horším případě si koledujeme o překvapivý útok, zaměřený na získání naší zbraně. Máme-li proto možnost zakázkové výroby, dáme přednost některému z atypických provedení v nestandardních barvách.

Opasek

Od opasku očekáváme trvanlivost a spolehlivou fixaci pouzdra při tasení. Nesmí být proto příliš úzký, aby na něm pouzdro „neplavalo“. Limitující jsou samozřejmě vždy poutka u kalhot. Z hlediska trvanlivosti se neosvědčují opasky lepené, v místě pouzdra dochází k značnému opotřebení a rozpadnutí. Lepší je proto pásek z jednoho kusu silnější kůže (k dostání je spíše v obchodech se zbraněmi než v běžné konfekci) nebo oblíbené opasky nylonové.

Pouzdro na zásobníky

Pro civilní nošení obvykle postačuje pouzdro na jeden zásobník. Pro trénink je praktické dvoj pouzdro. Materiálově je situace obdobná jako u pouzder na zbraně. Na trhu je velký výběr pouzder pro zásobníky jednotlivých typů zbraní. Zásobníky nosíme tak, aby bylo možné po nich rychle sáhnout slabou rukou, zatímco silná ruka obsluhuje zbraň. U praváků to bude na levém boku. Nakonec je třeba zmínit, že než začnete náhradní zásobník nosit, měli byste mít vyzkoušeno, jak spolehlivě jej pouzdro udrží. Doporučujeme vyzkoušet skákání, předklánění, převalování apod., to vše pochopitelně s plným zásobníkem.

Brýle

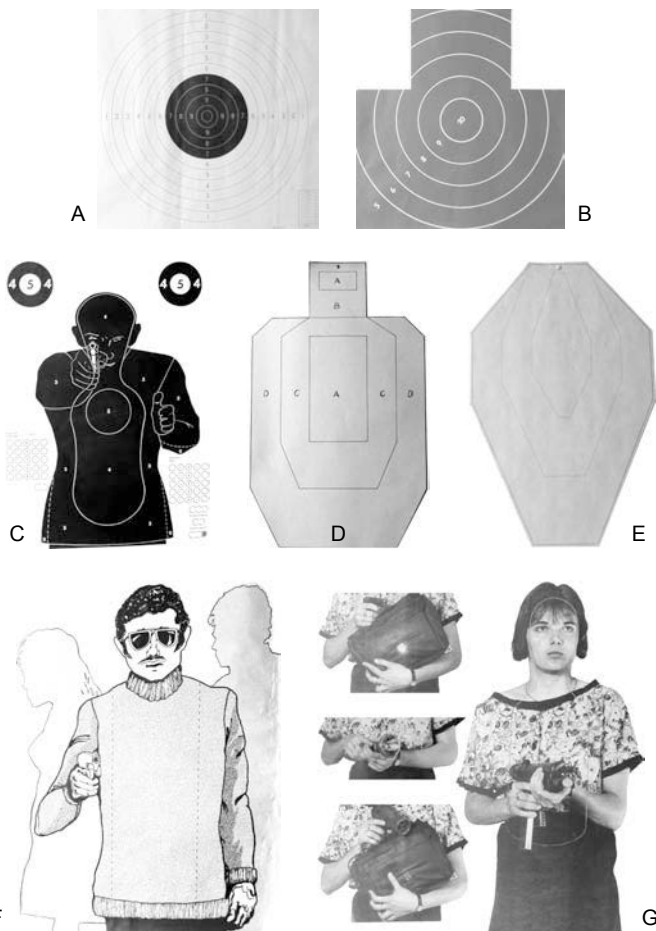
Brýle jsou nejdůležitější ochranná pomůcka při střelbě. Při častějším pobytu na střelnici se každý s nějakým „odrazem“ setká. Zvláště to platí u kovových terčů, především u těch více opotřebovaných s ne zcela rovnou plochou. To vše je umocněno tím, že pro účely sebeobrany většinu času trénujeme střelbu do vzdálenosti 15 m, takže jsme opravdu velmi „zasazitelni“. Mimoto vyhazované nábojnice sousedního střelce si to občas namíří i do našeho obličeje. Brýle proto považujeme za součást povinného vybavení. Domníváme se, že v počátcích není nezbytně nutné nakupovat brýle s balistickými skly, mohou stačit i běžné cyklistické brýle. Důležitý je ovšem jejich tvar, je třeba vybrat takové, které kryjí oči i z boku. Platnost této rady byla již mnohokrát osvědčena. Větrání však musí být zároveň natolik dostatečné, aby se vnitřek nemlžil, zvláště při intenzivnějším tréninku. Pokud budou mít výměnná barevná skla, je to bod navíc. Myslete také na to, že nad jejich nožičkami budete nosit sluchátka. Proto vyberte takové, které zcela přiléhají k hlavě a jejichž nožičky jsou ploché. Sluchátka pak budou dobře těsnit a brýle pod nimi nebudou tlačit.

Ochrana sluchu

Používáme buď sluchátka, nebo pěnové tlumiče – špunty. Výhodu kvalitních sluchátek oceníme zejména na krytých střelnicích, kde občas zažijeme skutečnou kanonádu. Užitečné je, pokud jsou sluchátka skládací. Při výběru se řiďte také pocitem, „jak vám sedí“. Výrazný komfort přinášejí sluchátka elektronická. Elektronický je na nich filtr hluku. Pod jeho úrovní zvuk propouští a dokonce zesilují. To oceníte zejména při skupinovém tréninku, odpadne úporné překřikování či sundávání sluchátek. Jen nezapomeňte mít vždy po ruce náhradní baterky, bez elektronické funkce se tlumící schopnost sluchátek propadne na úroveň levných neelektronických. Někteří však upozorňují na riziko zhoršené identifikace výstřelu slabého náboje (slabá nebo žádná prachová náplň), kdy zůstane střela v hlavni a dalším výstřelem hrozí zničení hlavně. Pěnové tlumiče hluku, špunty, jsou výhodné skladností i cenou, některé jsou na šňůrce, takže se tak snadno neztrácejí. Tlumící efekt je ve srovnání se sluchátky výrazně nižší (uzavřením zvukovodu zcela neodstraníme nezanedbatelný přenos zvuku ušním boltcem a kostmi), zejména při opakovaném používání.

Vybavení k čištění zbraně

Čištění zbraně je velmi málo oblíbenou činností a obvykle bývá dlouho odkládáno. Vybavení k čištění zbraně je snadné pořídit. Můžeme je nakupovat buď po jednotlivých součástech, nebo v soupravách. Nezbytný je mosazný kartáček, kterým budeme hlaveně zbavovat nánosů olova. Někteří výrobci zbraní jej přikládají do krabice ke zbrani, ovšem často bývá velmi nekvalitní. Dále je potřeba tyčka s mosazným trnem, na který se namotává hadřík na konečné dočištění hlavně. K tomu čistící oleje, jako je třeba WD 40, a mazací oleje, případně speciální konzervační a mazací pasty. Zbytek vybavy je záležitostí fantazie a konstrukce konkrétní zbraně. Obvykle zahrnuje vyřazený kartáček na zuby, párátko apod. na čištění členitějších povrchů.



Obrázek 4

Různé druhy střeleckých terčů

- a pistolový mezinárodní terč 50/20*
- b nekrytá ležící figura s kruhy*
- c terč EPP (evropský policejní parkur)*
- d terč pro IPSC (starší varianta) – jeho modifikace s kruhovou „A“ zónou se používá pro disciplíny IDPA*
- e novější verze terče pro IPSC disciplíny*
- f příklad jednoho z animovaných terčů, zde s „nezúčastněnými osobami“*
- g ukázka fototerče ozbrojené osoby s různými středovými přelopy pro speciální cvičení na rozhodovací schopnost*

Terče

Jak jsme uvedli v úvodu knihy, lze trénink obranné střelby rozdělit do tří fází. Bez soupeře se dostaneme až do fáze II. Ale už tam je patrná snaha po maximální realističnosti tréninku, jež se projeví i ve výběru terčů. V následujících odstavcích si projdeme jednotlivé fáze přípravy z hlediska vhodných a dostupných terčů.

Ke zvládnutí mířené střelby ve **fázi I** se nejlépe hodí mezinárodní pistolový terč. Díky velkému černému středu ho lze použít i na delší vzdálenosti. Oblíbená je i „nekrytá ležící figura s kruhy“.

První hlavní skupinu terčů vhodných pro **fázi II** tvoří nejdostupnější terče papírové. Využívá se siluetový terč na EPP. Jeho nejvýše bodované místo, tedy kruh ve středu hrudi, je ovšem zbytečně malý, přesahuje požadavky na přesnost obranné střelby. Na druhou stranu ale lze jej i malé terčíky nad hlavou siluety využít k průběžnému testování schopnosti klidnější přesné střelby. Dále existují terče na IDPA. Siluetu člověka připomínají jen vzdáleně, ale nejvýše bodovaná zóna má průměr 20 cm, což se považuje za realističtější než u EPP. Mají tu výhodu, že díky tvrdosti kartonu, ze kterého jsou vyrobeny, na ně lze navléknout kusy šatstva a trénink opět posunout blíže skutečnosti. K tomu se přidávají i různé rekvizity jako makety zbraní nebo jiných předmětů apod. Realitě nejbližší mají terče ve tvaru lidské postavy. Patří sem na některých střelnicích dostupné terče malované, na nichž jsou realisticky vyvedeny různé typy lidí. Například sympatická slečna, která na jednom terči jen svírá kabelku, ale na jiném na nás míří revolverem. Jejich různými kombinacemi můžeme vytvořit zajímavé scénáře k nácviku rychlé identifikace cílů. Dalšími takovými terči, ještě skutečnějšími, ale hůře dostupnými, jsou terče fotografické. Nejsou volně v prodeji, můžete na ně narazit na některých střelnicích, kde použité zůstávají po služebních střelbách ozbrojených složek.

Druhou hlavní skupinou jsou terče kovové, většinou sklopné. Využívány jsou v IPSC hlavně tzv. poppery¹³ nebo gongy¹⁴ (obr. 5). Existují i kovové sklopné siluety lidské postavy v životní velikosti. Oblečeny do kabátu a s čepicí vypadají opravdu skvěle (obr. 6). Vyžadují ale poměrně časté výměny roztrhaného oděvu odraženými a deformovanými střelami, narozdíl od oblékaných papírových terčů.

Kromě již zmíněných realističtějších terčů papírových a kovových jsou nejlepšími terči pro **fázi III** přípravy bez nadsázky tréninkové kolegové. Tím samozřejmě nemyslíme ostrou střelbu, ale využití soupeřských cvičení.

Potřeby k fixaci terče

Není dobré spoléhat se na vybavení střelnice, a tak se vyplatí mít u sebe základní potřeby k upevnění terčů. K nim patří kolíčky na prádlo, izolepa, pár připínáček, provázek. Na venkovních střelnicích se rozhodně hodí prošívačka.

¹³ **Popper:** Kovový sklopný terč pro disciplínu IPSC. Výška je 105 cm, v nejširší části měří 30 cm. Starší poppery měly tvar zhruba siluety člověka, v současné době se užívají terče „bez hlavy“.

¹⁴ **Gong:** Kovový terč nejčastěji kruhového tvaru o průměru 20 cm, užívaný v IPSC.



Obrázek 5

Kovové sklopné terče – tzv. gongy a poppery – jsou účinným prostředkem nácviku, zvláště pro budování cenného návyku letmé kontroly účinku střelby.



Obrázek 6

Při střelbě na oblečený sklopný terč se mnozí dočkají „překvapení“, zásah okraje oděvu terč neporazí.

Zálepky

Jsou určeny k zalepování terčů po zásazích. Prodávají se v několika velikostech a barvách. Doporučujeme volit zálepky větší v barvě odpovídající terči.

Protimer

Jedná se o zařízení k měření času od zvukového signálu do výstřelu a mezi jednotlivými výstřely. Údaje se ukazují na displeji. Lze se bez něj obejít jen do začátku nácviku fáze II. Pak nastává čas začít se starat o rychlost. O úrovni střelce přestává vypovídat jen to, zda se trefí, ale také za jak dlouho. Na trhu je několik typů protimerů. Liší se mimo jiné počtem údajů, které jsou schopny registrovat a uchovat v paměti. Některé je možné připojit i k tiskárně. Je na každém, kolik chce vydat peněz, ale dle našeho názoru lze vystačit se základní verzí timeru, např. Speed timer 3000, na který je u nás díky firmě Martínek, Blížeov velmi dobrý servis.

Videokamera

Videokamera je dobrá pomůcka, nejen že máme možnost natočit si správné provedení techniky jako vzor, ale i záznam nás samotných může také hodně pomoci. Spoustu chyb zpravidla vidí doma v klidu každý sám. Tak nás konfrontace se záznamem může v nácviku dost posunout.

Chrániče

Ačkoliv v sebeobraně situaci žádné chrániče mít nebudeme, není úplně nutné se při tréninku rychlých změn poloh soustavně otloukat. Mnozí proto používají např. chrániče na kolena, jinak určené pro in-line brusle.

Taška

Jak je patrné, ke střeleckému tréninku je potřeba nemálo věcí a je třeba je nějak přenášet. Existují speciální střelecké tašky vyráběné i v ČR a za příznivé ceny. Jsou výhodné přehledností a připraveností na různé střelecké potřeby. Mají poutka na zásobníky, polstrované kapsy na zbraň apod. Kromě výše uvedených pomůcek by měla taška obsahovat nářadíčko na nejnnutnější opravy, tužku, sešit na poznámky, v létě opalovací krém, dále čistící ubrousky, papírové kapesníky a repelent proti hmyzu. Menší lékárna může být vhodná. Do tašky se jistě vejde i čepice s kšiletem. Její nošení není, jak by si někdo mohl myslet, věcí „frajefiny“, ale je cenným prostředkem proti odrazům slunce v brýlích nebo ochranou skel při hustém dešti. A nemůžeme si odpustit nedoporučit toaletní papír.

Nadstandardní vybavení

Zvláště do „polnějších podmínek“ venkovních strelnic se mohou velmi hodit další potřebné pomůcky. Někteří si nosí i rozkládací křesílka pro chvíle relaxování a „zahřívátka“ rukou pro výcvik v chladných dnech, kdy ve zkrhlých prstech sotva udržíme zbraň.

3 Fáze I / Základní střelecké dovednosti

Fází I začíná cesta k ovládnutí obranné střelby. Zahrnuje základy bezpečnosti, manipulace se zbraní a mířenou střelbu ze základního postoje. Někdo se může i ohradit, proč jsou zde uváděny takové samozřejmosti, které už byly součástí zkoušky na zbrojní průkaz. Domníváme se, že zopakovat některé základní postupy, třeba v trochu jiném podání, než v jakém se s nimi čtenář dosud setkal, nikdy není na škodu. Zafixovaných chybných návyků právě v samotném základu střelby nebo bezpečnosti se jen těžko zbavujeme. A my všichni přeci chceme, aby na střelnicích bylo o něco bezpečněji...

3.1 Bezpečnost

Jestliže se rozhodnete vlastnit či dokonce nosit zbraň pro účely sebeobrány, budete s ní možná i denně manipulovat, příp. pohybovat se mezi lidmi na ulici, v zaměstnání, doma apod. V mnoha z těchto situací může být vaše mysl plná starostí, stresu, budete nevyspalí atd. To se zákonitě projeví i na pozornosti. Bezpečnostní zásady, které za chvíli uvedeme, jsou navrženy tak, aby bezpečnost jistily v několika stupních a de facto nás chránily i před sebou samými. Považujeme za důležité upozornit na to, že pokud si z této knihy osvojíte vše kromě bezpečnostních zásad, je to horší než opačná varianta. Ze zkušenosti s mnoha střelci víme, že elita se pozná právě podle dodržování bezpečnostních zásad.

Málokdo se v úvodních fázích vlastnění zbraně ubrání určité fascinaci. Není to však zbraní, jak se někteří domnívají, ale myslí držitele. Pak je žádoucí co nejdříve získat ke zbraní rovnovážnější postoj. Zbraň může být vybavena mnoha pojistkami, ale dokud je schopná střelby, je bezpečnost zbraně pojem relativní ke schopnostem jejího uživatele. Čím dříve si uvědomíte, že zbraň je spíše další věc, o kterou se musíme starat a nést zodpovědnost, než prostředek k posílení ega, tím lépe. Pokud se do té doby nestane žádná nehoda, je to skutečné štěstí. Povšechně platí, že v počátku můžete být ohroženi více sami sebou nebo „střelci“ kolem sebe než rizikem v nějaké sebeobránné situaci. Pokusme se proto pomoci zvrátit tuto nemilosrdnou statistiku...

3.1.1 Hlavní bezpečnostní zásady

Pro osvojení bezpečnostních zásad nestačí jen pouhé jejich namemorování. Je nutné, aby se staly pevnou součástí našeho denního chování, stejně zažitými úkony jako např. zavazování tkaniček nebo řazení v autě. Tak jako zcela automaticky uchopíte zbraň za rukojeť, tak stejně samozřejmě máte dodržovat bezpečnou manipulaci, jako by jiná možnost ani neexistovala. Zpočátku to bude vyžadovat vědomé úsilí, pak už to půjde samo. Pokud nějaký bezpečnostní úkon provedete špatně nebo ho opominete, nemávněte nad tím rukou s tím, že se to příště už nestane. Proveďte úkon znovu a správně.

Zásady pro manipulaci se zbraní mimo sebeobránnou situaci:

- 1.** Každá zbraň má být až do vaší osobní kontroly považována za nabitou. Nespoléhejte se na to, že vám někdo řekl, že je zbraň vybitá, že jste před chvílí někoho viděli spouštět naprázdno apod. Zkrátka proti tomuto pravidlu neexistuje výjimka.
- 2.** Při přebírání cizí zbraně vždy proveďte kontrolu, zda není nabitá. Pokud zbraň sami někomu podáváte, proveďte kontrolu jejího stavu. Tedy cesta jakékoliv zbraně do ruky mimo tasení ke střelbě vede jen přes kontrolu stavu a stejnou cestou ruku opouští.
- 3.** Správná kontrola stavu zbraně: Při míření bezpečným směrem vyjměte zásobník zbraně. Stáhněte závěr. Skrz výhozni okénko zkontrolujte prázdnou zásobníkovou šachtu. Stejným způsobem zkontrolujte prázdnou komoru. Spusťte závěr a za stálého míření bezpečným směrem dejte „ránu jistoty“.
- 4.** Veškeré vybité zbraně jsou odkládány nebo přenášeny stejným způsobem jako nabité.
- 5.** Hlaveň žádné zbraně nesmí nikdy mířit nebezpečným směrem. To znamená proti kolegovi, části vlastního těla, z okna, proti průstřelné překážce apod. Pak, i když by došlo k nežádoucímu výstřelu, nemůže být nikdo zraněn. Zde zásadně neplatí nejobvyklejší výmluva: „Ale vždyť není nabitá“. Velká část nežádoucích výstřelů vyšla z „nenabitých“ zbraní. Pamatujte, že kontrola nad střelou končí stisknutím spouště. Letící kulka nezná přítele.
- 6.** Jestliže zbraň nemíří na cíl a nechcete-li střílet, mějte vždy prst podél rámu zbraně mimo lučik spouště.
- 7.** Nemanipulujte se zbraněmi pod vlivem alkoholu, drog nebo léků snižujících bdělost a pozornost.
- 8.** Pokud sami nejste odborníky na zbraně, přenechte jakékoliv úpravy zbrojíři.

3.1.2 Chování na střelnici

Mít celou střelnici jen pro sebe je ideální stav, který se vyskytne jen velmi zřídka. Většinou budete nemile překvapeni, kolik lidí mělo nápad jít si zastřílet ve stejnou dobu jako vy. Budete

proto muset snášet vy je a oni vás. Při první návštěvě střelnice by vás personál měl poučit o pravidlech chování, ale protože tomu tak vždy není, uvedeme obecné zásady.

1. Veškeré zbraně vyjímejte až na střeleckém stavu a vždy tak, aby hlaveň mířila do střeliště.
2. Na některých střelnicích jsou za střeleckými stavy lavičky a různé odkladové plochy, což svádí k tomu, vyjmout zbraň už tam. Pro ostatní střelce, kteří stojí ve stavech, je to však velmi nepříjemný pocit, mít cizí pistoli za zády. Nezajímá je a nemá zajímat, že „přeci máte zbraň zkontrolovanou, že není nabitá“.
3. Pokud jste již ve střeleckém stavu a právě nestřílíte, mějte zbraň v pouzdře nebo na pultu.
4. Od své zbraně se na střelnici nevzdalujte.
5. Pokud je vás ve stavu víc a střídáte se o zbraň, pak si ji raději nepodávejte z ruky do ruky. Kdo dostřílel, položí zbraň na pultík ve stavu, ústím hlavně samozřejmě směrem do střeliště. Ať o stavu zbraně řekne kdokoliv cokoliv, další ze skupiny ji až do své kontroly považuje za nabitou. Po nezbytné kontrole může další pokračovat ve střelbě.
6. Na střelnicích, kde nejsou elektricky posuvné terče a pro kontrolu zásahů je nutné k terčům dojít, musí dotyčný svůj úmysl jít k terčům všem oznámit a všichni mu mají potvrdit, že rozuměli. Přesto je dobré se ještě pohledem ujistit, že skutečně nemají zbraně v rukou.
7. Po dobu přítomnosti některé z osob ve střelišti je zakázáno dotýkat se zbraní. I když máte stoprocentní jistotu, že vaše zbraň je skutečně vybitá. To proto, že buď budete mířit do střeliště, a pak porušujete bezpečnostní zásadu o nemíření na člověka, nebo míříte mimo střeliště, a pak porušujete zásadu jedině přípustného směru míření.
8. Máte-li na zbraní závadu a nejste s to ji opravit jednoduchou manipulací ve střeleckém stavu, požádejte někoho, ať to oznámí pracovníku střelnice, aby vám eventuelně pomohl s bezpečným transportem mimo střelecký stav do míst, které jsou určena a vybavena k opravě zbraní.
9. Nakonec, pokud nás někdo pokárá za nějakou bezpečnostní chybu, neměli bychom se s ním hádat. Udusíme vlastní ješitnost a napříště se toho vyvarujeme.

3.1.3 Bezpečné skladování zbraně

Je jasné, že zbraň pro osobní ochranu má být doma dobře dostupná. Ostatní zbraně, které eventuelně vlastníte, však mají být zamčeny v trezoru. V případě ohrožení se tak nebudete obávat opustit místnost, kde zbraně uchováváte, a například jít obhlédnout dům apod.

O obsahu vašeho trezoru se s nikým zbytečně nevybavujte, nevíte, kdo a s jakými úmysly poslouchá. Před nikým, koho opravdu důvěrně neznáte, trezor neotvírejte (např. máte-li v domě řemeslníky apod.). V trezoru neskladujte zbraně nabitě. Pokud sami trezor nevlastníte, je alternativou například se domluvit se správcem střelnice, kam obvykle chodíte, zda

byste nemohli uložit některé zbraně u nich. Tuto službu některé střelnice poskytují za jistý poplatek.

Zbraň pro osobní ochranu ukládejte doma na jedno neměnné místo, v místnosti, kde trávíte nejvíce času. Ať je na místě, kde je dobře dostupná dospělému, ale ne vašim dětem.

Podle stupně aktuálního ohrožení je třeba přizpůsobit stav zbraně. Někdo má stále naplněný alespoň jeden zásobník. Pokud nehrozí akutní riziko, není nutné mít zásobník ve zbrani, ale měl by vždy ležet vedle zbraně. Někteří jej nosí u sebe.

Někteří výrobci nabízejí k zajištění skladované zbraně spoušťový zámek, který se instaluje do lučičku spouště. Má zabránit nechtěnému stisknutí spouště. Všechny tyto zámky jsou problematické v tom, že k jejich odstranění je potřeba dost času. Takže k zajištění pohotovostní zbraně se nehodí. Navíc mnoho nehod se stalo při instalaci takového „bezpečnostního“ zámku na nabitou zbraň.

3.1.4 Nežádoucí výstřel

Jestliže zbraň vystřelí bez našeho cíleného záměru, hovoříme o nechtěném či náhodném výstřelu (dále jen NV). Dá se říci, že u moderních zbraní (s násobnými bezpečnostními prvky proti výstřelu pádem či nárazem) je v naprosté většině případů NV výhradně důsledkem chyby uživatele zbraně při běžné manipulaci. Zřídka může nastat vlivem nějaké technické závady zbraně nebo střeliva. Právě proto, že NV nelze s absolutní jistotou vyloučit, je nutné vždy dodržovat zásadu o stále bezpečném směru míření hlavně. Zvláštní skupinu tvoří NV u nedbale skladovaných zbraní, kdy se k nim dostali jedinci bez znalosti bezpečné manipulace, kterým bychom jinak nedali k manipulaci s našimi zbraněmi svolení. Je třeba si uvědomit, že NV napáchá několikerou škodu, jednak sám o sobě účinky střely, a za druhé poškozuje pověst vlastníků střelných zbraní jako skupiny, která je pak považována za nebezpečnou a nedůvěryhodnou. Každý vlastník střelné zbraně by se měl s touto odpovědností ztotožnit tak, aby takovéto nedbalosti jednou nepřispěly k tomu, že slušnému občanovi bude nejučinnější prostředek sebeobrany nakonec státem odepřen.

V kapitole o NV chceme upozornit na jednu vlastnost lidského těla, která stála u zrodu požadavku na držení prstu mimo spoušť, pokud nechceme střilet, a která je možnou příčinou některých NV. Jedná se o sklon k neuvědomělému pokrčení ukazováku, které nastává z několika důvodů:

1. Překvapení – bylo zjištěno, že lidé mají v okamžiku úleku po intenzivním podnětu tendenci stisknout ruce.
2. Ztráta rovnováhy – obdobná reakce jako u 1. se vyskytuje při náhlé ztrátě rovnováhy.
3. Synergie mezi končetinami, to znamená tendence provést druhou rukou stejný pohyb – při stisku prstů jedné končetiny může někdy dojít k neuvědomělému stisku prstů končetiny druhé.

3.2 Zbraň – ovládací prvky, rozebírání, skládání, údržba

Rozsah textu nedovoluje širší poučení o zbraní. Bylo by to nejen obtížné z hlediska širokého spektra používaných typů zbraní, ale úkolem této publikace v žádném případě není nahrazovat technické manuály jednotlivých zbraní, seznamy součástek či příručky pro zbrojáře. Protože také předpokládáme čtenáře – držitele zbrojního průkazu, který nedostal zkoušky tzv. za husu, soustředíme se krátce jen na ty nejpodstatnější části zbraní z hlediska jejich dělení a praktického užívání.

3.2.1 Hlavní části zbraně

Jedná se o ty díly, které jsou takto charakterizovány z hlediska legislativy. Jsou úředně evidované a jejich nabývání a prodej jsou omezené zákonem. U samonabíjecí pistole jde o hlaveň, rám a závěr (na *obrázku 7* čísla 1, 2, 3). U revolverů je další takovou částí i nábojový válec.

3.2.2 Demontážní prvky

Slouží k nutnému rozebrání a opětovné kompletaci zbraně zejména pro nutnou údržbu po střelbě. Pro obrovské množství systémů demontáže u rozličných typů zbraní je těžké popisovat zde jednotlivé postupy rozebírání. V zásadě jde u moderních pistolí většinou o uvolnění závěru (nejobvykleji vysunutím záchyty závěru – *obr. 7.7*), posunutého do určité polohy mírně vzadu, a následné sejmutí směrem dopředu. Ze závěru se poté vyjme hlaveň, fixovaná vodícím čepem s vratnou pružinou. To bývá ve většině případů celková „rozborka“ k běžnému vyčištění. Složení pak probíhá v opačném pořadí.

3.2.3 Ovládací prvky zbraně

To jsou pro náš výcvik jedny z nejdůležitějších termínů. Pokud po nás případný instruktor na střelnici bude v rámci výcviku něco chtít, měli bychom již jasně vědět, o co jde, a něco málo o způsobu obsluhy.

- ☉ **Spoušť** (*obr. 7.8*). Ovládá se tlakem posledního článku ukazováku silné ruky. Cílem je úmyslný výstřel nebo bezpečné vypuštění kohoutu některých typů zbraní do přední polohy.
- ☉ **Kohout** (*obr. 7.10*). Budeme jej bezpečně sklapovat oběma prsty pro uložení zbraně s nábojem v komoře do pouzdra, případně „procvakávat“ při „ráně jistoty“.



Obrázek 7 Popis zbraně

1 hlaveň

2 rám zbraně

3 závěr

4 muška („moucha“)

5 hledí

6 výhozni otvor

7 záchyt závěru

8 spoušť

9 lučič

10 kohout

11 vnější pojistka

12 pojistka zásobníku

13 ostruha („bobří ocas“)

14 rukojeť se stříenkami („pažbičkami“)

15 zásobníková šachta

16 zásobník („šuplík“)

17 dno zásobníku („patka“)

18 podavač zásobníku

- ⊙ **Závěr zbraně** (obr. 7.3). Úchopem v zadní části jej budeme natahovat do zadní polohy a dopravovat tak náboj do komory.
- ⊙ **Záchyt závěru** (obr. 7.7). Ten budeme využívat k shození závěru do přední polohy. Ti s delšími prsty jej mohou obsluhovat palcem silné ruky. U některých typů zbraní se ale mnozí nevyhnou obsluze slabou rukou.
- ⊙ **Pojistka zásobníku** (obr. 7.12). Ta nám bude sloužit pro vyhazování vyprázdněného zásobníku, příp. k taktické výměně. Většinou se ovládá palcem silné ruky.

- ☉ **Vypouštěcí páka kohoutu.** U některých druhů zbraní (např. Beretta 92, Sig Sauer 226, ČZ 75 Compact) se používá k bezpečnému vypouštění kohoutu bez pomoci druhé ruky.
- ☉ **Vnější pojistka** (obr. 7.11). Mimo některých zbraní (např. Colt 1911), které někteří z majitelů nosí i ve stavu nataženo-zajištěno, slouží výhradně jen sportovním účelům. Naší „pojistkou“ v této knize budou především zažité bezpečnostní zásady.

3.2.4 Čištění zbraně

Jde o činnost, která snižuje množství závad a prodlužuje životnost zbraně. Její frekvence závisí i na druhu a kvalitě zbraně, provedení hlavně a vývrtu a také na používané munici. Ta nejlacinější munice s olověnou střelou si vynutí rozhodně více péče, než je tomu při používání celoplašťových nábojů. Názory na to, po kolika ranách se má zbraň čistit, se mohou velmi různit. Někdo ustrašený běží svého „kovového miláčka“ nervózně vyčistit už po několika ranách, jiní se každodenním obřadem údržby zbraně uklidňují. Jsou ale i tací, kteří tuto činnost zrovna nemilují nebo trénují natolik intenzivně, že často nemají dostatek času na neustálé čištění pistole. Takoví vystřílí i desetitisíce ran prakticky bez jakékoliv „očisty“. U mnoha je pak jediným důvodem k „sáhnutí po hadru“ to, že špína z jejich zbraně jim znečišťuje ruce a oděv. Pravda o údržbě je někde uprostřed. Kvalitní moderní typy by měly fungovat i stovky ran bez jakéhokoliv velkého hýčkání, ale pokud má na zbraní záviset nejen nějaký sportovní výkon, ale přímo i náš život, zaslouží si péče rozhodně více.

Jakým částem se tedy vyplatí věnovat pozornost především? Jde zejména o údržbu několika míst, která nejvíce ovlivňují funkčnost:

- ☉ náběh do komory (čisticím olejem rozpustit nánosy, vyčistit a vyleštit hadrem),
- ☉ kluzné části závěru a rámu (kartáčkem vyčistit, pozor na odpadlé štětiny, nanést mazací olej),
- ☉ vytahovač (kartáčkem vyčistit, případně se používá zubní párátka),
- ☉ zásobníky (zkontrolovat zda není poškozeno ústí, po rozebrání vyčistit hadrem, čas od času natáhnout pružinu).

Ostatní části, jako hlaveň, čistíme spíše z hlediska přesnosti střelby a životnosti (žíněným kartáčkem odstraníme zrnka karbonu, nánosy olova odstraníme mosazným kartáčkem, naneseeme čisticí olej, dosucha vytřeme hadrem), části jako spoušťové ústrojí a pružiny (např. vratná) pak mají jen málo podstatný vliv na vznik závad.

Pozor!

První operací před rozebíráním zbraně k vyčištění musí být vždy důsledná kontrola stavu zbraně.

3.3 Příprava zbraně – základní manipulace

Ihned na úvod je třeba si zafixovat zásadu: Příprava a vybíjení zbraně není činností „na čas“. Je to profesionální rituál, sled naučených zautomatizovaných pohybů, které zaručí podvědomé a přitom bezpečné uvedení zbraně do stavu, ve kterém nám může zachránit život! Mohlo by se zdát, že z tak triviální věci, jako je připravit zbraň ke střelbě, děláme takovou vědu. Každá zbraň je ale mechanismus, který může v krizovém okamžiku zklamat. Neměli bychom tuto pravděpodobnost ještě zvyšovat svojí zbytečnou chybou či opomenutím. Příprava začíná zkontrolováním stavu zbraně.

3.3.1 Kontrola munice a plnění zásobníku

Kontrola munice

Munici, kterou budeme zásobník plnit, bychom měli z pochopitelných důvodů zkontrolovat. A to ať jde o náboje přebíjené nebo tovární. Dáváme pozor, aby:

- ⊙ nábojnice nebyla roztržená ani vydutá,
- ⊙ zápalka nebyla nad nebo pod úroveň nábojnice,
- ⊙ rozměry náboje nebyly nápadně odlišné od ostatních,
- ⊙ nábojnice byla řádně zaškrtnutá (tzn. že střela není v nábojnici pohyblivá).

U přebíjených nábojů někdo kontroluje každý náboj v kalibrační komoře¹⁵.

Plnění zásobníku

Tato základní činnost se provádí tak, že pravoručí střelci drží zásobník většinou v levé ruce a pravou podávají jednotlivé náboje. Palcem levé ruky stlačíme podavač a vytvoříme místo pro náboj, který navedeme palcem druhé ruky. Pak náboj opět stlačíme a přidáme další (*obr. 8*). Časem se vám tato činnost zautomatizuje natolik, že ji budete schopni provádět i poslepu.

¹⁵ **Kalibrování:** Ověřování standardního rozměru náboje. Zpravidla se provádí použitím tzv. kalibrační komory. Jednodušší a často používanou variantou je použití hlavně, vyjmuté z rozebrané zbraně. Poté je každý z nábojů vyzkoušen, zda jde hladce a dostatečně daleko do komory a opět ven.

Obrázek 8

Plnění zásobníku. I tak základní a triviální záležitost dokáží někteří jedinci pokazit. Obrácené náboje nemusí být výjimkou.

Takovým „expertům“ pak instruktoři s humorem vyhrožují, že pistole vystřelí zpět a oni tak zastřelí sami sebe...



3.3.2 Zasunutí zásobníku do zbraně

Naplněný zásobník zasuneme do šachty v rukojeti (*obr. 9*) a důsledně dorazíme (lehkým úderem dlaní s následným dotlačením; *obr. 13*). Někteří ze střelců se ještě přesvědčují pokusem zásobník povytknout. V tomto stavu již nemálo lidí zbraň nosí. V případě nutnosti použití je pak nutné provést během tasení zbraně i její natažení.

Obrázek 9

Ukazovák položený podél hrany zásobníku napomáhá přesnému zasunutí do šachty. Od počátku nácviku si musíme navyknout každé zasunutí zásobníku provádět stejným způsobem, který využijeme později i při přebíjení zbraně.



3.3.3 Natažení závěru – nabití

K zahájení střelby je nyní nutné zbraň nabít, resp. dostat náboj do komory, a to natažením a puštěním závěru. Natažení se provádí jedním pohybem slabou rukou vzad s úchopem buď nadhmatem, nebo palcem a ukazovákem (*obr. 10*) a následným puštěním. Prst je vždy mimo



Obrázek 10

Natažení závěru – natáhnout a pustit. Takzvané doprovázení závěru rukou na cestě zpět může zapříčinit nechtěnou závalu.



Obrázek 11

Ověření nabití zbraně. Rutinní návyk provedení dodatečné kontroly náboje v komoře snižuje pravděpodobnost toho, že se jednou v krizové situaci ozve místo výstřelu pouze suché cvaknutí kohoutu.

spoušť, zbraň směřuje do prostoru střeliště (nebo jakéhokoliv bezpečného úhlu, tedy tam, kde při nežádoucím výstřelu nehrozí riziko pro nás ani nikoho kolem). V úvodních fázích se snažíme vše dělat skutečně pomalu, s maximální opatrností.

Nejčastější chyby

- 1.** Ruka zůstává na závěru i během zpětného pohybu, tím se vracějící se závěr brzdí – to může při nabíjení způsobit závalu (nedoražení náboje do komory).
- 2.** Prst není mimo spoušť, hrozí nechtěný výstřel.

Poznámka

Někteří ze zkušených střelců ještě provedou dvě následující operace:

1. Lehkým potáhnutím závěru a pohledem zkontrolují, zda je skutečně náboj v komoře (*obr. 11*).
2. Lehkým úderem na závěr ještě ověří jeho dokonalé uzavření.

3.3.4 Sklopení kohoutu

V další fázi se začíná lišit manipulace se zbraní kohoutovou (např. Sig-Sauer, Jericho, Tanfoglio, CZ) a bezkohoutovou (Glock, Walther P-99). U nejvíce rozšířené bezkohoutové zbraně, Glocku, je úderník po natažení závěru ve stavu předeprnutí a s každým stiskem spouště napnutí dokončujeme (systém Safe-Action). Veškeré úkony u Glocku končí tedy natažením závěru. To je jedna z jeho hlavních výhod, jednoduchost manipulace, tzv. nabij a zapomeň.

V případě první skupiny, zbraní s kohoutem, zůstane kohout vzadu. U zbraní pracujících v režimu DA¹⁶ máme na výběr, zda vypustíme kohout a první ránu budeme střílet s promáčknutím (revolverově), nebo zda jen zajistíme (což pro nošení rozhodně nedoporučujeme). U starších typů budeme muset kohout vypouštět ručně, nejlépe tzv. přes palec (*obr. 12*). Při tom je třeba dbát maximální opatrnosti (v komoře již máte ostrý náboj!). Některé z novějších typů zbraní mají pro tento účel zvláštní vypouštěcí páčku, což je jistě komfortnější i bezpečnější. U SA¹⁷ zbraní pokud kohout vypustíme, budeme jej muset před prvním výstřelem ručně natáhnout. U některých typů (např. Colt 1911) se někdy používá i nošení ve stavu nataženo-zajištěno.

Poté ještě vyjmem zbraně zásobník a doplníme do něj další náboj, abychom maximálně využili kapacitu zbraně. Potom zásobník znovu zasuneme a pečlivě zkontrolujeme jeho doražení.

¹⁶ **DA:** Double Action. Dvojitá funkce zbraně. Tlakem na spoušť je současně natažen i sklopený kohout zbraně. To zvyšuje odpor pro první výstřel na cca 40-50 N, který je nutno překonat tzv. přemáčkáním „revolverovým“ způsobem. Další výstřely jsou již v režimu SA. Umožňuje nošení náboje v komoře s možností pohotového výstřelu (např. Walther P-38, ČZ 75 atd.). Zbraně s touto konstrukcí se nazývají DA/SA.

¹⁷ **SA:** Single Action. Jednoduchá funkce zbraně, před výstřelem musí být kohout napnut buď jeho natažením střelcem, nebo tahem závěru (např. Colt 1911, Browning HP apod.). Odpor spouště je stále stejný, zpravidla cca 15 N.



Obrázek 12

Bezpečné vypuštění kohoutu. Během tohoto úkonu nezřídka u začátečníků zaduní rána. Proto je třeba striktní dodržení směru zbraně.



Obrázek 13

Doražení zásobníku; opominutí tohoto úkonu vedlo už k mnoha nepříjemným překvapením. Pistole vystřelí maximálně jednou – pokud se vůbec dostane náboj do komory.

3.3.5 Ukládání zbraně do pouzdra

S nákupem pouzdra na zbraň není vhodné příliš otálet a doporučujeme si na jeho používání zvykat již od prvních tréninků. Před samotným uložením zbraně je dobré si navyknout jedné zásadě – znovu ještě prověřit (nejlépe kontrolním dotykem):

- ⊙ doražený zásobník – jestli jsme jej dostatečně dorazili, zda nedošlo další manipulaci k jeho uvolnění;
- ⊙ skutečně sklopený kohout – takové opomenutí je příčinou snad nejčastějšího „střeleckého“ úrazu, postřelení při ukládání zbraně v tomto stavu do pouzdra!

Takové opětovné ujištění, které se stane zažitým stereotypem, zabraňuje nejen „vyrobení“ trestuhodné závady, ale zamezí i osudovému opomenutí v situaci, kdy skutečně nebudeme mít svůj den!

Při ukládání nabité zbraně do pouzdra je nutné vždy dodržovat tři zásady:

1. Mít po celou dobu prst mimo spoušť.
2. Nemířit si na žádnou část těla (hlavně na nohy – pozor např. na polohu v kleče).
3. Zasunutí zbraně předchází zkontrolování pouzdra.



Některé mýty o ukládání do pouzdra

- ☒ Na pouzdro se zásadně nedíváme, abychom stále mohli sledovat soupeře.
- ☒ Pokud je před námi protivník, který ještě stojí za sledování, zřejmě zbraň neukládáme. Více škody může při výcviku způsobit marné hledání pouzdra ústím zbraně (s nábojem v komoře), mnohdy zkřehlou rukou. Mnoho vrstev oděvu pak způsobuje, že nešťastný střelec urputně „rve“ zbraň všude, jen ne tam, kam patří. Takový návyk ve spojení s případným opomenutím sklopení kohoutu se pak u nováčků stává prakticky jistotou, že vzápětí zaduní rána.

3.3.6 Vybití a kontrola zbraně

Pokud chceme uložit zbraň (např. po dostřelení nebo příchodu domů), musíme provést několik nezbytných úkonů:

1. Vypustit a odložit zásobník.
2. Stáhnout závěr a vyprázdnit komoru (*obr. 14*).
3. Vizually zkontrolovat prázdnou zásobníkovou šachtu a komoru.

Obrázek 14

Obvyklé vybití zbraně. Natažení probíhá úchopem přes výhozní otvor se současným náklonem zbraně pravou stranou k zemi. Pozor však na častou bezpečnostní chybu – loket před ústím zbraně! Pokud vám někdy náboj upadne na zem, před jeho hledáním napřed zabezpečte zbraň a uložte ji do pouzdra.



4. Do bezpečného směru dát „ránu jistoty“.
5. Uložit (či položit) zbraň (na pult, do pouzdra či doma do trezoru).
6. Podle situace eventuelně vyprázdnit zásobník.

Pozor!

Po vyjmutí zásobníku zkušení střelci ještě před procvaknutím (provedením „rány jistoty“) několikrát potáhnou závěr vzad. Tento zautomatizovaný návyk zabraňuje výstřelu po eventuelním opomenutí 1. operace – vyjmutí zásobníku (což je u začátečníků překvapivě časté). Před takovým nepříjemným zážitkem nás pak varují náboje, které začnou padat z pistole. Ti sklerotičtější a méně důslední jedinci však o změně způsobu manipulace začínají uvažovat, až když mají svůj domov „jako ementál“.

Nejčastější chyby

1. Prst na spoušti během vybijení.
2. Opomenutí vyjmutí zásobníku.
3. Nešvar lapání vyhozeného náboje v letu.
4. Neprovádění „rány jistoty“ procvaknutím, ale pouze sklopením kohoutu.
5. „Rána jistoty“ ne zrovna bezpečným směrem.
6. Následné neuložení (či neodložení) zbraně před dalšími činnostmi (otáčení se se zbraní, chození k terčům nebo zvedání předmětů ze země se zbraní v ruce apod.).



Některé mýty o vybijení zbraně

- ☒ Se zbraní se nikdy „necvaká“ naprázdno, po vybití se vypouští zásadně palcem – šetří se tím úderník zbraně.
- ☒ Toto je ukázka jedné z nejnebezpečnější dezinformací, která přímo ohrožuje životy. Zlámané úderníky jsou u moderních zbraní takřka raritou – narozdíl od počtu tragických nehod!

3.4 Úchop zbraně

Pro sebeobranu je nutné zvládnout úchop zejména obouruč, ale i jednoruč. Nejexponovanější držení obouruč zaručuje lepší kontrolu zbraně, proto má v dynamické střelbě hlavní postavení.

3.4.1 Obouruční úchop

Činnost a úlohy rukou v obouručním úchopu

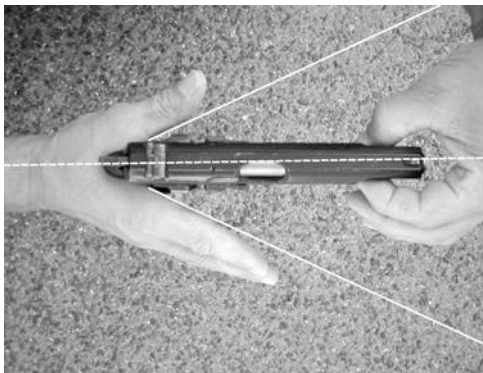
Dominantní ruka – je obvykle nazývána silná – zbraň drží a její ukazovák provádí spouštění. Druhá ruka – zvaná slabá – se podílí na obouručním úchopu a obstarává veškeré obslužné činnosti, to znamená výměnu zásobníků, natažení závěru, odstraňování závad atd. Při běžné manipulaci se úloha rukou zásadně nemění a vrcholem nešvarů je přehazování zbraně z ruky do ruky (např. otřesné případy, kdy ti slabší přendají zbraň do slabé ruky, silově disponovanější rukou natáhnou závěr a poté vrací zbraň zpět). Jedinou výjimkou pro výměnu rukou je zneschopnění jedné z končetin.

Hlavní zásady úchopu

1. Držíme rukojeť zbraně oběma rukama co nejvýše, čím více se přiblížíme ose hlavně, tím menší bude tendence zbraně ke zdvihu při zpětném rázu.
2. Ukazovák silné ruky se neúčastní úchopu. Měl by fungovat zcela nezávisle na ostatních prstech.

Vytvoření úchopu

Zbraň uchopíme silnou rukou co nejvýše na rukojeti. Toho nejlépe dosáhneme tak, že slabou rukou uchopíme zbraň shora za závěr. Předloktí silné ruky je rovnoběžně se zemí, prsty volně nataženy a palec odtáhnut tak, aby prsty a palec při pohledu shora tvořily písmeno U. Do takto připravené ruky nyní zasadíme zbraň (*obr. 15*). Závěr by měl být v ose předloktí. Zbraň slabou rukou co nejvíce zatlačíme do prohlubně mezi palcem a ukazovákem silné ruky. Prsty pak dokončí



Obrázek 15

Zasazením zbraně do ruky vzniká základ pro kontrolu zdvihu při zpětného rázu.



Obrázek 16

Funkční a osvědčený úchop – palce jsou nad sebou, ruce se v úchopu dotýkají v co nejdelší linii.

sevrění. Důležité je cítit, že ruka drží zbraň co nejvýše k ose hlavně, tj. že nevzniká ani sebemenší mezera mezi zadní částí rámu (tzv. ostruhou) a hřbetem ruky. Palec silné ruky směřuje volně vpřed (lehce vzhůru), na zbraň je jen položený. Ukazovák je zcela volný. Nyní

přiložíme slabou ruku. Dlaň se pokládá na místo mezi prsty a dlaň ruky silné. Prsty slabé ruky položíme do mezer mezi prsty ruky silné a co nejvýše pod lučik. Palec slabé ruky je volně natažen dopředu. Tvoří podložku pro palec ruky silné (obr. 16). Obvyklý poměr síly silná/slabá ruka v úchopu je 50/50. Držení má být pevné, ale ne křečovitě. Někteří střelci nenechávají palec silné ruky volně natažený, ale pokrčí ho podél rukojeti. Tím ho také zapojí do úchopu. Slabou ruku pak přiloží obdobně symetrickému držení, palec však opět pokrčí a zkrří s palcem ruky silné. I tento způsob je někdy používán, ale mnozí se shodují na tom, že jde o oslabenější držení.

3.4.2 Jednoruční úchop

Obecná pravidla (vysoké držení, volný ukazovák) zůstávají stejná. Palec střílejší ruky může zůstat volně natažen vpřed, obdobně jako v případě obouručního úchopu. Někteří střelci však upřednostňují jeho pokrčení podél rukojeti zbraně.

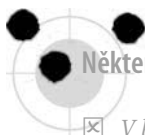
Nejčastější chyby

1. Zbraň není pokračováním osy silné ruky.
2. Úchop zbraně silnou rukou je nízký.
3. Palec slabé ruky není položen bokem zbraně, ale příčně objímá silnou ruku za rámem zbraně (hrozí nejen poranění palce závěrem střílejší zbraně, ale i znemožnění jejího opakovacího režimu).
4. Palec slabé ruky brzdí závěr v pohybu (zbrždění pohybu může vést k závadě) nebo se dotýká záchytu závěru (po vystřelení posledního náboje v zásobníku nezůstane závěr v zadní poloze).

Obrázek 17
Nesprávný úchop zbraně hned s několika „nešvary“ je velmi častou začátečnickou chybou. Nízká poloha držení způsobuje vyvrácení zbraně zvětšeným zdvihem, prst na spoušti je nebezpečným porušením bezpečnosti.



- 5.** Slabá ruka drží zbraň v oblasti před lučíkem v „puškovém“ držení (zde není pouze značně negativně ovlivněno ovládání zbraně, ale reálně hrozí i předsunutí prstů před ústí hlavně s rizikem závažného úrazu).



Některé mýty o úchopu zbraně

- ☒ V bojové („combat“) střelbě se zbraň drží ukazovákem slabé ruky za „combat“-lučík.
- ☒ Přestože se hovoří neustále o combatu, vidíme takové držení spíše u některých sportovců. Pro bojovou střelbu se tento způsob držení považuje za nevyhovující pro menší pevnost a jistotu.
- ☒ Slabá ruka nadzvedává zbraň zespoda („šálek a podšálek“) a pomáhá zvládat váhu zbraně.
- ☒ Jde o zastaralou techniku z doby, než byl vytvořen moderní obouruční úchop.
- ☒ Pokud uchopíme slabou rukou zápěstí střelící ruky, dojde k potřebnému zpevnění.
- ☒ Stejně jako v předchozím případě.
- ☒ Při jednoručním úchopu je vhodné zbraň sklopit zcela naplocho (à la Seagal), což prý je přirozenější a umožňuje lepší ovládání zbraně.
- ☒ Přirozenější je pouze mírné naklopení (při přehnaném sklonu je problém rychle a přesně zasáhnout menší cíle).
- ☒ Pro lepší využití instinktu „ukázání“ při střelbě jednou rukou se doporučuje nechat ukazovák podél rámu zbraně a spouštět prostředníkem.
- ☒ Technika, která byla pouze experimentálně vyučována během druhé světové války ve výcvikových táborech Commandos.

3.5 Základní postoj

Přestože v dalších fázích se budeme učit střílet z mnoha různých pozic a za pohybu, je nutné začít základním postojem. O postojích si toho můžeme přečíst mnoho, některé jsou již přezítou historií, jiné zas vytvořeny sportem. Neexistuje univerzální a striktní verze střeleckého postoj. Jen stěží budeme hledat dva střelce, kteří by stříleli z totožného postoj. Postoj by měl respektovat určitou naši pohybovou přirozenost, proto někteří doporučují získat základní povědomí o jeho přirozené podobě jednoduchým testem. Hodte někomu nějaký předmět, např. zásobník tak, aby jej musel chytit před tělem. Pokud to udělal, jsou jeho nohy zpravidla v postavení vhodném pro ovládání zbraně v dynamické střelbě (v mírném výkroku).

Hlavní zásady pro postoj

1. Postoj musí být stabilní, je jedním z hlavních faktorů kontroly zpětného rázu při rychlé sérii opakovaných výstřelů.
2. Jeho zaujetí musí být rychlé.
3. Má umožňovat rychlý rozběh či změnu polohy.
4. Umožňuje rotaci trupu do stran při přenášení střelby.

3.5.1 Postoj při obouruční střelbě

Pozice nohou

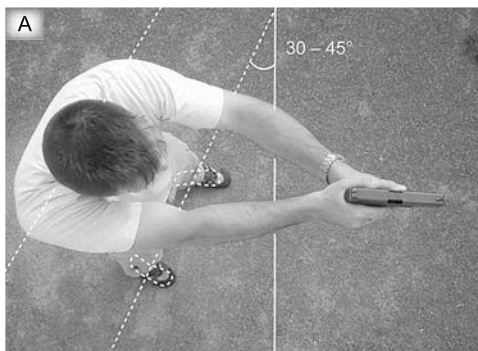
- ⊙ Nohy jsou rozkročeny minimálně na šířku ramen.
- ⊙ Slabá noha je vpředu, špička silné nohy je minimálně na úrovni paty slabé nohy, případně o něco dále (*obr. 18a*).
- ⊙ Špička slabé nohy směřuje zhruba k terči a silná je v mírné zevní rotaci.
- ⊙ Kolena jsou téměř napjatá nebo mírně pokrčená (*obr. 18a*).
- ⊙ Váha je rozložena rovnoměrně (50/50), chodidla se dotýkají podložky celou plochou.

Trup

- ⊙ Trup je zpřímá, ramena jsou nad patami (*obr. 18a*).
- ⊙ V žádném případě se nezakláníme.

Ruce

- ⊙ Silná ruka je narovnaná za zbraní, tvoří takřkajíc „pažbu“ zbraně. To má vliv na snadnější kontrolu zpětného rázu (*obr. 18b*).



Obrázek 18

Základním principem funkčního postoje je srovnání linie ramen s linií chodidel (a). Mírné nakročení slabou nohou usnadňuje pohotové zaujmutí postoje s možností rychlého startu do dalšího přemístění. Východími postoji, ze kterých postupně vznikl moderní postoj pro bojovou střelbu, byly varianty nazvané podle svých amerických tvůrců – Weaver a Chapman. Cílem není dogmatické dodržování pozic, ale vytvoření předpokladů pro jisté ovládání velkorážní zbraně při rychlých mnohočetných výstřelech.

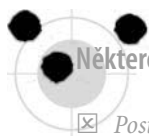
- ☉ Slabá ruka je mírně pokrčená. Zatahuje zbraň zpět do ramene, proti narovnané silné ruce. Tím poskytuje možnost nekřečovitého sevření silnou rukou, což podporuje nezávislou práci ukazováku na spoušti (obr. 18b).

Hlava

Držíme ji zpřímá, může být i mírně přikloněná k silné ruce a vystrčená vpřed (někdy se využívá i kontrola dotekem brady s bicepsem střelující paže). Chybou je záklon hlavy.

3.5.2 Postoj při jednoruční střelbě

Při střelbě jednoruč se lépe kontroluje zpětný ráz, stojíme-li k terči mírně natočení bokem na straně střelující ruky. Někteří doporučují nesnažit se držet zbraň rukojetí svisle, ale vyjít vstříc přirozené tendenci paže při zdvihu mírně vnitřně rotovat (náklon by ale rozhodně neměl překročit cca 30° od vertikální polohy). V této věci je třeba zaexperimentovat. Nemalé skupině střelců však stejně nejvíce vyhovuje svislá poloha. Druhou paží máme mít fixovanou přitažením k tělu, loket je u boku a pěst nebo dlaň u ramene střelující ruky (obr. 19).



Některé mýty o postojích

- ☒ *Postoj má být hlavně pohodlný.*
- ☑ Pohodlný má být gauč, úkolem postoje není „hovění si“, ale kontrola zpětného rázu při rychlé střelbě.
- ☒ *Přenesení váhy vpřed, za zbraní, zlepšuje ovládání zpětného rázu.*
- ☑ U běžně používaných ráží to rozhodně neplatí.
- ☒ *Mírný záklon vyvažuje váhu zbraně, usnadňuje výdrž v postoji.*
- ☑ Pokud budeme nepřetržitě střílet půl hodiny, pak nás zřejmě ruce zabolí, to ale asi není případ sebeobrané situace.
- ☒ *Pokřčené ruce před tělem při bočním postoji vytvářejí kryt vitální zóny.*
- ☑ Svařem proletí střela bez významnější ztráty účinku a pokud se zdeformuje o kost ruky, může být její efekt na vitální zónu o to více devastující.
- ☒ *Základní postoj má být co nejnižší, abychom se zmenšili jako terč.*
- ☑ Ano, jestliže budeme chtít kopírovat přežití polohy z 50. let minulého století. Jinak je ovšem vhodnější naučit se využívat krytů, pohybu, změn polohy a dalších metod zabezpečení a postoji nechat jeho flexibilitu.



Obrázek 19

Mírné naklopení zbraně je nejen pro mnohé přirozenější, ale může značně zefektivnit jednoruční ovládání zbraně. To však platí pouze při rychlé střelbě na bližší vzdálenosti.

3.6 Základy mířené střelby

Mířená střelba je prvním režimem ostré střelby, který se budeme učit. Neklade se zde důraz na rychlé opakování výstřelu, takže nevyžaduje výraznější kontrolu zpětného rázu. Cílem je naučit se číst obraz mířidel, klidně a plynule spouštět a sledovat mušku po výstřelu. Na zpětný ráz si tak nenásilně zvykáme, máme se naučit nelekat se výstřelu a nemrkat. Jakmile tyto

dovednosti v základu zvládneme, je zbytečné se zdržovat pilováním minimálních rozptylů při střelbě na vzdálenost 25 metrů. Nesměřujeme k olympijské střelbě, ale k sebeobraně, kde volíme kompromis mezi přesností a rychlostí.

3.6.1 Řídící oko

Pro obrannou střelbu je nutné umět střílet s oběma očima otevřenýma. Někteří nemají s otevřením obou očí při střelbě žádný problém, u jiných je to otázka delšího tréninku. Nakonec se to však podaří všem. Mířenou střelbu většina střelců začíná použitím pouze jednoho, tzv. řídícího oka. Které je naše řídící oko, to snadno zjistíme, pokud se rozpo-
meneme, kterým okem bychom se podívali klíčovou dírkou, případně můžeme použít následující složitější postup. Zahledíme se na stěnu asi 4 m vzdálenou. Pak zvedneme ukazovák do zorného pole, aniž bychom na něj zaostřili pohled. Uvidíme dvojitý obraz prstu, jeden ale bude jasnější a druhý méně zřetelný. Bude-li pravý obraz zřetelnější, je naše řídící oko levé, a naopak.

Poznámka

Je-li střelec pravák, ale zjistil, že jeho řídící oko je levé, není nutné se přeskolovat na levou ruku, lze pohodlně střílet pravou rukou a mířit levým okem. Postačí jen mírné pootočení hlavy.

3.6.2 Obraz mířidel

Pro sebeobranu budeme zřejmě používat zbraň s otevřenými¹⁸ mířidly. Skládají se z přední části – mušky, zadní část tvoří hledí. Co je obraz mířidel, to zjistíme následujícím postupem:

1. Postavíme se do střeleckého postoje asi 4 metry od bílé stěny.
2. Proti stěně zvedneme zbraň a řídícím okem zaostříme na mířidla, jemnými pohyby doladíme polohu zbraně tak, abychom viděli, že horní hrana mušky je přesně v úrovni horní hrany hledí, která musí být vodorovná, po obou stranách mušky jsou v zářezu hledí stejně široké mezery světla. To je správný obraz mířidel. Pokud máme potíže vidět stejně ostře hledí i mušku, dáme přednost ostré akomodaci na mušku. Snažíme se vidět každý detail mušky. Popsaný obraz mířidel by se měl „promítnout“ na plochu terče (*obr. 20*).

¹⁸ **Otevřenými mířidly** se rozumí tzv. mechanická mířidla tvořená jednoduchou muškou hranolovitého tvaru a hledím s obdélníkovým či čtvercovým výřezem.



Obrázek 20

Mířená střelba je základem mistrného ovládní zbraně. U sebeobránné střelby jde však jen o prostředek, ne cíl.

3.6.3 Míření na terč

Jde o to, do jedné osy spojit obraz mířidel a záměrný bod na terči (viz níže). Vynikající pomůckou je laserový trenažér. Pokud není k dispozici, zkusíme zatím míření „nasucho“. Až si techniku zažijeme, přistoupíme k ostré střelbě. Někdo doporučuje v samém úvodu střílet s oporou, abychom se soustředili jen na zamíření a spouštění a předešli zkreslením plynoucím z dalších faktorů.

V úplném začátku je možné používat všeobecně dostupný mezinárodní pistolový terč s kruhy 50/20 nebo nekrytě ležící figuru s kruhy. Není vhodné umísťovat terč dále než na vzdálenost 10–15 m. Střelec si zvolí na terči tzv. záměrný bod, který se bude krýt se středem horního okraje mušky na obrazu mířidel. Někomu vyhovuje mířit na střed spodního okraje černé zóny, někdo míří na střed terče, což je pro naše účely vhodnější způsob. Pomalu se spojí do jedné přímky oko–obraz mířidel–záměrný bod. Nyní však narazíme na jedno úskalí. Z přirozených důvodů se nám nepodaří vidět ostře jak hledí, tak mušku, tak i terč. Buď bude ostrost posunuta ve prospěch obrazu mířidel, nebo terče. Pro mířenou střelbu je nutné dát přednost variantě s ostrým viděním obrazu mířidel a méně jasným viděním terče.

Poznámka

Ideální osu obraz mířidel–záměrný bod nikdy neudržíme. Nad tím není třeba zoufat, tuto obtíž mají (samozřejmě v menší míře) i zkušení závodní střelci. Časem vylepšíme postoj, naučíme se klidně dýchat atd., a tím výkyvy zmenšíme.

Jak dlouho mířit?

Při mířené střelbě je limitující schopnost udržet zrakovou ostrost při akomodaci nablízko. Ta zpravidla nepřesahuje dobu 6–12 s. Pokud se nám nepodaří do té doby vystřelit, zrušíme zamíření, zklidníme se a začneme znovu. V bojové situaci je pochopitelně dobré mířit co nejkratší dobu nutnou k potřebnému zásahu cíle. Jak někteří říkají: „Svého výborného a přesného zásahu se prostě nemusíte dožít“.

3.6.4 Spouštění

Stisknout spoušť je třeba v okamžiku, kdy se pohyb obrazce mířidel ustaluje v záměrné oblasti. Ne tedy v době, kdy se nám zdá, že obraz mířidel je přesně v záměrném bodě. To v naprosté většině případů vede ke stržení a chybnému zásahu (viz nejčastější chyby). Navedení zbraně do záměrné oblasti a mířený výstřel se provádí při zadržení dechu, po předchozím klidném, o něco hlubším nádechu.

Technika spouštění

U zbraní pro běžné nošení není vhodné, je-li odpor spouště menší než 1,5–2 kg. Narozdíl od vyladěných zbraní závodních naštěstí nevystřelí již při lehkém doteku spouště. I chod spouště je delší. Technika spouštění je tedy také jiná. Správný postup se skládá ze dvou fází:

1. Během hrubého zamíření dochází k lehkému kontaktu prstu se spouští.
2. Při míření do záměrné oblasti pomalu postupně zvyšujete tlak na spoušť, až vyjde výstřel. Je chybou výstřel očekávat, naopak není chyba být jím jakoby překvapen.

Poznámka

Toto je pouze průprava s cílem naučit se oddělit pohyb ukazováku od ostatních prstů. Ve fázi II je spuštění jednoduchý, rychlý pohyb.



Obrázek 21

Spouštění u pistole se provádí posledním článkem ukazováku.

Nejčastější chyby

1. Strhávání

Starost většiny začínajících střelců spočívá v nervozitě z chvění rukou a mírného kolísání zbraně v záměrné oblasti. Jen těžko se jim vysvětluje, že tyto pohyby způsobí maximálně zhoršení zásahu do zón 8–9, zatímco hlavní příčinou toho, že se práší 1,5 m od terče, je největší nešvar, tzv. stržení. I výstřel s ne zcela srovnanými mířícími prvky na vzdálenost 15 m většinou stále znamená zásah terče. Ke strhávání dochází z mnoha příčin. Uvedme si některé z nejzásadnějších.

- Ukazovák nepracuje na spoušti autonomně. Svaly ovládající prsty jsou do určité míry propojené, pokud tedy pracuje ukazovák, budou mít i ostatní prsty tendenci se pohnout, tím spíše, máme-li na ukazováku zkrácené svaly. K odstranění vede částečné strečink a nácvik oddělení pohybu ukazováku od ostatních prstů.
- V očekávání výstřelu, ve snaze připravit se a potlačit zpětný ráz strhneme ruce o něco níž. Jde o tzv. bagrování zbraní proti výstřelu. Probíhá ve velmi krátkém okamžiku, takže si toho vůbec nemusíme být vědomi. Navíc mysl je už dopředu zaměstnána výstřelem, což vede ke ztrátě přehledu o chování zbraně. Při mířené střelbě není tak těžké tento typ stržení odstranit. Je třeba se více soustředit na zamíření a opravdu se nechat výstřelem překvapit. Na druhou stranu snaha o odstranění této chyby vede někdy k povolení úchopu zbraně. To se sice hned neprojeví, ale pokud si na to střelec zvykne, tak se mu to vymstí při nácviku rychlejší opakované střelby.
- Bezděčné zatnutí prstů ruky, tzv. chycení zbraně. Jde o držení zbraně odlišnou silou mezi výstřely a při výstřelu.

2. Nadlehčení zbraně

Zásahy v horní polovině terče nemusí mít na svědomí jen chybné zamíření, ale i zvláštní kombinace reakcí na předchozí chyby. Je to reakce chybou na chybu. V očekávání stržení zbraň jakoby nadlehčíme a tím se snažíme kompenzovat následné stržení, které ani nemusí přijít.

3.6.5 Odhled

Odhled je virtuózní schopnost určit po každém výstřelu při mířené střelbě, kde bude ležet zásah, aniž bychom pohlédli na terč. Podmínkou je, abychom si dokázali uvědomit, jaký byl obraz mířidel a v jaké pozici na terči v okamžiku výstřelu. Tedy ne ve chvíli, kdy jsme se rozhodli stisknout spoušť, ale přímo v okamžiku výstřelu. Získat dobrý odhled vyžaduje dlouhou praxi a mnoho vystřelených nábojů. Z absence odhledu plynou taková překvapení, že zásah je zcela jinde, ačkoli jsme byli přesvědčeni, že jsme mířili přesně.

4 Fáze II / Dynamická střelba

Dynamická střelba tvoří technický základ pro střelbu obrannou. Jedním z jejích podstatných znaků je strojové zvládání manipulace se zbraní a střelby v podmínkách časového stresu. Jde nám o to, nacvičit kvalitní zásah daného cíle v co nejkratším čase, umět adekvátně využívat sledování mířících prvků na různou vzdálenost, to vše v mnoha různých podmínkách a polohách. Proto je dynamická střelba náročná na vysoký počet opakování a množství vystřelené munice. Nácvik vrcholí střelbou pod vlivem psychického tlaku, námahy, rozhodovacího procesu a s dalšími handicapy či specifiky.

4.1 Pohotovostní poloha

Mezi uložení zbraně v pouzdře a zaměřením na cíl existuje jedna pozice zbraně, kterou budeme v dalších cvičeních často používat, a tou je pohotovostní poloha. Je určena pro situace, kdy očekáváme brzké objevení cíle, ale nevíme přesně, v které části prostoru to bude, při přemísťování apod. V této fázi výcviku, pokud není zbraň v pouzdře nebo není namířená na cíl, nemá být nikde jinde než v pohotovostní poloze. Od začátku doporučujeme naučit se po dostřelení a letmé kontrole výsledků střelby zbraň stahovat do pohotovostní polohy a být připraven na možnost rychlého pokračování ve střelbě. Někteří sportovní střelci mají totiž z hlediska sebeobraně neblahý návyk bezprostředně po posledním výstřelu zbraň vybit a uložit. V sebeobraně střelba znamená pouze, že boj začal, nikoliv, že skončil.

Kritéria pro pohotovostní polohu

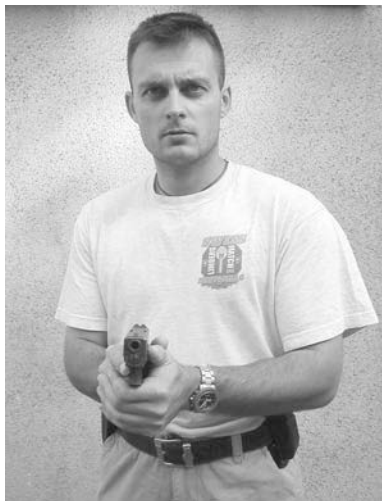
- ☉ Má umožňovat rychlé „zapíchnutí“ (viz kap. 4.3).
- ☉ Nemá omezovat zorné pole.
- ☉ Nemá představovat hrozbu pro nezúčastněné osoby a samozřejmě pro nás samotné.
- ☉ Měla by být odolná i proti zkratkovité reakci, např. vystřelení na nesprávný podnět.
- ☉ Zbraň má být v takové pozici, aby byla chráněná proti eventuálnímu pokusu o odzbrojovací zákrok.

Z toho vyplývá, že pozice, která by beze zbytku splnila všechna kritéria, těžko existuje. Uvedeme takovou, která dle našeho názoru nejvíce odpovídá uvedeným požadavkům.

Nejpoužívanější pohotovostní poloha

Vzniká přitažením zbraně z koncové pozice (v zamíření) směrem k hrudi (obr. 22). Hlaveň stále směřuje k cíli. Prst je mimo spoušť, buď opřen o lučík, nebo položen z boku na rámu zbraně. Výhodou této polohy je to, že umožňuje okamžitý výstřel na nejbližší vzdálenost. Při střelbě na střední vzdálenost stačí jen napnout ruce („zapíchnout“) a zbraň je v úrovni

očí za méně než $\frac{1}{2}$ sekundy, není třeba ji zdvihat apod. Polohou u hrudi ji máme dobře pod kontrolou. Někteří této poloze vytýkají horší kontrolu směřování hlavě, prosazují tzv. nízké provedení polohy, kdy je zbraň přitahována k břichu a hlaveň směřuje v úhlu 45° před nás. Tato poloha je však spíše sjednocující modifikací techniky u ozbrojených složek. Reakce zvednutí pistole na cíl je totiž pak podobná technice „nahození“ dlouhé zbraně – samopalu či brokovnice.



Obrázek 22

Zbraň v pohotovostní poloze má směřovat přímo k předpokládanému cíli. Zorné pole není nijak omezeno, zapíchnutí zbraně do výšky očí s následujícím výstřelem je dílem okamžiku.

Nejčastější chyby

1. Prst na spoušti (či jen ohnutý) – pokud nenapneme ruce s úmyslem střít, má být prst položen podél rámu zbraně.
2. Někteří ze střelců se snaží zbraň stahovat neúměrnou silou k tělu, to ale může rozevírat a zhoršovat úchop zbraně.
3. Hlaveň zbraně nesměruje k cíli, ale „do vzduchu“ – zde se projevuje neblahé ovlivnění akčními filmy. Díky nim se jistě nejznámější pohotovostní pozicí stala ta s držením zbraně u tváře, kdy je hlaveň namířena kolmo vzhůru. U filmu se prosazuje zřejmě proto, že se do jednoho detailního záběru snadno vejde zbraň i sverpý obličej akčního hrdiny.

4.2 Zamíření v dynamické střelbě

V počátcích výcviku jsme jako prostředek srovnání osy oko–zbraň–terč používali pečlivé míření s využitím mušky i hledí. Tato metoda, kterou lze dosáhnout největší přesnosti, je však zaplacená delším časem. Nyní se dostáváme do fáze, kdy už se čas stává velmi cenným

a začínáme hledat způsoby, jak ho co nejvíce ušetřit. Naší snahou tedy bude naučit se takový způsob srovnání zbraně na cíl, který bude maximálně rychlý a přitom dostatečně přesný. Co se ale v našem případě rozumí dostatečnou přesností? Pro potřeby dynamické střelby zaměřené na sebeobranu bychom si mohli dostatečnou přesnost definovat jako zásah zóny cca 20×20 cm vymezené na terči lidské postavy v oblasti hrudníku. Hovoří se o tzv. vitální zóně. Podrobněji se zásahovým místům na lidském těle budeme věnovat ve fázi III.

V následujících odstavcích chceme probrat různé metody rychlého zamíření, pokusit se zhodnotit klady a zápory každé z nich a najít jejich vhodné využití. Existují v podstatě dva vyhraněné přístupy. Jeden prosazuje střelbu pouze s využitím pocitové kontroly srovnaných mířidel (tzv. střelba ukázáním), zastánci druhého přístupu doporučují vždy použít zrakovou kontrolu mířidel, nejčastěji pouze mušky (tzv. letmá kontrola mušky). V zahraničí se o této věci vede dlouhá a zajímavá diskuse, ve které se angažuje mnoho velkých jmen bojové střelby. Vzhledem k tomu, že tyto spory trvají již několik desítek let, je zřejmé, že se setkáváme s velmi obtížným problémem.

4.2.1 Střelba ukázáním

Střelba ukázáním vychází z předpokládané přirozené schopnosti bezprostředně a relativně přesně ukázat prstem na cíl. Při střelbě touto metodou je pozornost výhradně na terči, ani na okamžik se nesledují mířidla. Nejčastěji se provádí z úrovně očí, nouzově na nejbližší (kontaktní) vzdálenost i od pasu. Střelba ukázáním podle svých zastánců respektuje přirozenou reakci při stresu z ohrožení života, a sice zaměřit pozornost na objekt hrozby spíše než na mířidla. Dalším častým argumentem pro použití této metody je, že při stresové reakci jsou narušeny jemné koordinační schopnosti potřebné pro střelbu přes mířidla. K úvaze ale je, zda právě pro zmíněné zhoršení koordinace není vizuální kontrola nutná. Protože střelba ukázáním dobrou koordinaci předpokládá úplně stejně jako použití mířidel.

Systematický výcvik střelby ukázáním byl zařazen do programu zvláštních jednotek v USA a Velké Británii ve 40. letech minulého století. Tehdy se také propagovala poněkud „westernová“ metoda nízkých pozic a střelby od boku či z oblasti prsou. Zbraň se do oblasti výstřelu zvedala. Současným trendem je však spíše již zmíněná střelba z úrovně očí.

Jistě platný je poukaz na to, že velká část střeleckých konfrontací se odehrává ve zhoršených světelných podmínkách, kde je nemožné vidět mířidla, a proto je schopnost pocitového srovnání mířidel nutná. S tím lze naprosto souhlasit, podle našeho názoru to ale není argument proti nácviku střelby s letmou kontrolou mířidel. Jestliže se totiž provádí správně, tak většina korekcí zbraně probíhá již během její cesty do střelecké pozice z pohotovostní polohy – tzv. zapíchnutí (věnujeme se mu v následující kapitole), tedy na základě zafixovaného pohybového vzorce. Závěrečné letmé zkontrolování mušky je jenbleskovým ujištěním. Aby střelec ve zhoršených světelných podmínkách nebyl o tento kontrolní bod připraven, jsou již delší dobu k dispozici kvalitní tritiová mířidla. (Podrobně se problematice boje za tmy a vhodnému technickému vybavení věnujeme ve fázi III.)

Kritikové střelby s výhradně pocitovou kontrolou zamíření zbraně poukazují na její citlivost na změny polohy. V náklonu z krytu v kleku či za pohybu ukázání funguje o poznání méně. Hlavní úskalí však nastává již při tasení. Špatné uchopení zbraně, které se v rychlosti a stresu snadno přihodí, může značně ovlivnit přesnost ukázání, zejména na střední vzdálenost. Mimoto většina ukázek „přesné“ střelby ukázáním se obvykle odehrává z klidu na nepohyblivý cíl, z ideální situace. Zkušenosti ukazují, že cíl na vzdálenost větší než cca 10 m (zvláště v pohybu) nebo menší cíl (např. soupeř za krytem) je asi jen těžko možné účinně zasáhnout bez alespoň částečného uvědomění si mířidel.

4.2.2 Střelba s letmou kontrolou mířidel

Jde o způsob rychlé kontroly mířících prvků, nejčastěji pouze mušky, bez precizního a časově náročného dorovnávání obrazu mířidel. Je to spíše ujištění, že i ve stresu nebezpečné situace jsme vše provedli správně. Takový způsob střelby je rozhodně použitelný na širší spektrum vzdáleností, než nabízí metoda ukázání. Pro většinu střelců není po nedlouhé době problém dosáhnout 20cm rozptylu ve velmi svižném tempu na vzdálenosti větší než 8 m. Letmá kontrola mušky je široce používána ve sportovních disciplínách, jako je IPSC, IDPA, kde je pro dobrý výsledek nutné najít optimální poměr mezi rychlostí a přesností. Je zajímavé, že opakovanou zkušeností těch nejlepších bylo dosaženo překvapivého poznání. V testu byla úloha jednou odstřílena co nejrychleji bez uvědomění si a kontroly mířidel a krátce nato znovu s důrazem na jejich kontrolu. Čas byl prakticky totožný, ovšem výsledek, co se týče zásahů, byl v druhém případě neporovnatelně lepší. Proto většina těch nejlepších soutěžících (vyjma střelby opravdu zblízka) stále o mířících prvcích, především mušce, ví. Protože v těchto disciplínách jde zejména o rychlé přenášení střelby, používá se také jednoduchý grif – pečlivé srovnání mířidel na prvním terči a pak jen letmá kontrola. Co stojí časově první cíl, to se pak v přesnosti zúročí na dalších. Podstatné také je, že střelec, který se spolehně pouze na pocitovou kontrolu zamíření, se o svém minutí dozví až po odstřílení, tedy když už je pozdě, zatímco při kontrole mušky, a to i při opakovaném výstřelu, je možný odhled. Střelba je sport, při kterém jde ne o život, ale o sportovní úspěch. Je však střelba s letmou kontrolou mušky použitelná i ve skutečném boji?

Jak už jsme uvedli, obhájci střelby ukázáním upozorňují na vliv stresu v boji, který nedovolí odtrhnout oči od předmětu hrozby a přenést pozornost na mířidla. Některé zkušenosti však hovoří i o opaku. Například hrdina známé přestřelky v Miami v r. 1986, agent FBI Ed Mireles, který nakonec rozhodl výsledek ve prospěch zákona, říká, že jeho nejsilnější vzpomínkou je muška jeho zbraně. Není úplně od věci poznamenat, že bojoví piloti jsou také v situacích ohrožení života, přesto zcela jistě udrží pozornost na přístrojích a zaměřovači na panelu před sebou. Za pozornost stojí i informace z výcviku policistů v USA. Úspěšnost zásahů protivníků příslušníků newyorského policejního oddělení v bojových situacích údajně vzrostla ze 17 % na 30–40 % poté, co se ve výcviku zaměřili více na vnímání mířidel.

4.2.3 Závěry pro praxi

Domníváme se, že ani jedna z uvedených metod není zřejmě univerzální a „stresuodolná“. Zhoršení koordinace, tunelové vidění¹⁹ atd. jsou faktory, které mohou mít katastrofální účinky na obě techniky zamíření. Nehledě na to, že mohou znemožnit i pouhé sáhnutí po zbraní. Psychická příprava s využitím střelby pod různými druhy zátěže je proto nezbytnou součástí výcviku v obranné střelbě.

Dalším možným závěrem je, že při správně prováděném nácviku se uvedené techniky srovnání zbraně na cíl nevylučují, ale spíše vhodně doplňují. Jak už jsme si řekli, máme se učit co nejvíce ze srovnání zbraně provést ještě před dosažením střelecké polohy. Střelba s letmou kontrolou mušky pak může být srovnatelně rychlá jako ukázání z úrovně očí. Do našeho zorného pole, ve kterém je již cíl, se tak dostává zbraň s alespoň hrubě srovnanými mířidly. Pak podle obtížnosti terče a také podle našeho psychického stavu věnujeme mířícím prvkům více či méně pozornosti. Nejde v žádném případě o nějakou vědomou volbu, na to není čas, ale o výsledek tisíce opakování vybudované a zafixované schopnosti „citu pro terč“ (vzdálenost, velikost, pohyb) a situaci (naš pohyb, atypická poloha atd.).

Z výcvikového hlediska je možné orientačně vymezit tři základní režimy střelby, které se liší podle zaměření pozornosti (zda spíše na cíl, nebo na mířidla):

- 1. Vzdálenější (15 a více m) a malé cíle:** Těžiště pozornosti je na mířidlech, sledujeme, jak mušku, tak hledí (*obr. 23*). Se zvětšující se vzdáleností musíme část pozornosti věnovat i klidnému, preciznímu spouštění.
- 2. Středně vzdálené terče (3–15 m):** Letmo zkontrolujeme mušku (*obr. 24*). Pozornost tak zpočátku těká mezi cílem a muškou, ale při dostatečné pokročilosti dokážeme jedním pohledem vnímat mušku i cíl. Tento typ kontroly je standardem sportovních disciplín dynamické střelby, ale nás zejména zajímá, že se v posledních 15 letech prosazuje jako hlavní metoda i ve výcviku ozbrojených složek.
- 3. Blízké terče (do 3 m):** Kontrola je výhradně pocitová, pozornost je pouze na cíli (*obr. 25*). Případné drobné nepřesnosti ve srovnání zbraně by se díky střelbě na krátkou vzdálenost neměly projevit minutím vitální zóny.

Poznámka

Vymezení vzdáleností je pouze přibližné a určené pro počáteční nácvik. V jeho průběhu si střelec sám tvoří vlastní představu o svých schopnostech rychlého a přijatelně přesného zásahu v různých situacích.

¹⁹ **Tunelové vidění:** Jedná se o stav zúžení pozornosti a zorného pole („klapky na očích“) pod vlivem silného stresu.



Obrázek 23

Přednost v ostrosti mají mířidla.



Obrázek 24

Letmá kontrola mušky je pojistkou přijatelné přesnosti.



Obrázek 25

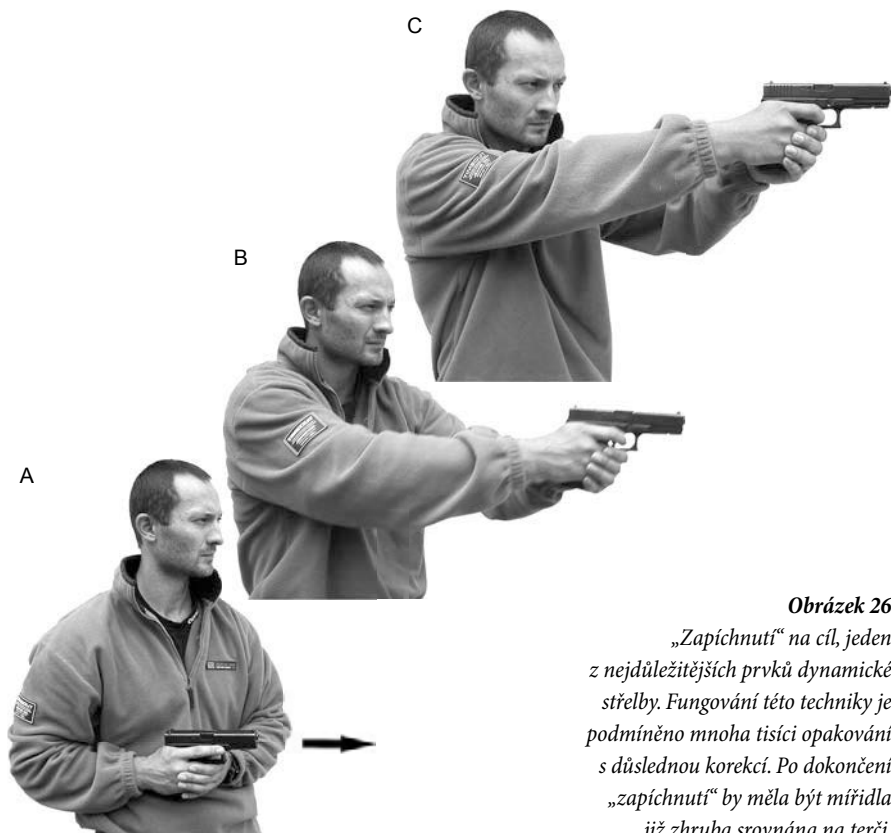
Díky krátké vzdálenosti se můžeme spolehnout na pocitovou kontrolu – po určitém výcviku i nejrychlejší výstřely končívají v požadovaných oblastech terče.

4.3 „Zapíchnutí“

V minulé kapitole jsme se podrobně zabývali různými metodami srovnání zbraně na cíl. Uvedli jsme, že pro maximální ušetření času při zachování přesnosti a jistoty zásahu je žádoucí naučit se co nejlépe srovnat mířidla během cesty zbraně do střelecké pozice. Pro názornost je tato technika nazvaná „zapíchnutí“. Je to pohyb, který začíná z již popsané pohotovostní polohy a je konečnou fází tasení zbraně (obr. 26a). Zbraň se má směrem k cíli pohybovat po přímce. Důležitá je správná koordinace obou rukou. V případě toho nejrychlejšího provedení „zapíchnutí“ jde vlastně o co nejrychlejší úder silnou rukou držící zbraň směrem na vitální zónu cíle (obr. 26b). Slabá ruka působí v závěru jako plynulá brzda, která nakonec zpětným tlakem uzamkne zbraň v dokonalém obouručním úchopu (obr. 26c). Návčik obvykle probíhá v cyklu: pohotovostní poloha – „zapíchnutí“ – spouštění – kontrola cíle – stažení zpět do pohotovostní polohy.

Je výhodné využít průpravného „suchého“ cvičení k zažití pocitového srovnání mířidel:

1. Ve střelecké pozici srovnáme mířidla zbraně (nemíříme ale na žádný konkrétní cíl). Zavřeme oči a uvědomíme si tuto polohu. Pak snížíme zbraň. Při tom se stále snažíme udržet pocitově srovnaná mířidla. Stále při zavřených očích zdvihneme zbraň do střelecké



Obrázek 26

„Zapíchnutí“ na cíl, jeden z nejdůležitějších prvků dynamické střelby. Fungování této techniky je podmíněno mnoha tisíci opakování s důslednou korekcí. Po dokončení „zapíchnutí“ by měla být mířidla již zhruba srovnána na terči.

pozice. Nyní otevřeme oči a zkontrolujeme, zda jsme udrželi zbraň srovnanou. Pokud ne, tak provedeme srovnání s kontrolou zraku, zavřeme oči a znovu si uvědomíme tuto polohu. Pak cvičení opakujeme. Až se nám podaří udržet srovnaná mířidla desetkrát za sebou, začneme místo pouhého sklápění stahovat zbraň do pohotovostní polohy a poslepu s pocitovou kontrolou „zapichovat“ na cíl.

- 2.** Pokud jsme zvládli předchozí cvičení, je možné přejít ke srovnání zbraně na cíl. Postavíme se před terč, vytkneme si na něm konkrétní bod, zavřeme oči a provedeme „zapíchnutí“ z pohotovostní polohy. Pak oči otevřeme a zkontrolujeme, jak jsme byli úspěšní. Takto cvičíme, až se nám podaří srovnat mířidla a cíl bez dodatečného doladění pod kontrolou pohledem.

Tato cvičení jsou mimořádně nudná, ale na druhou stranu také účelná. Ušetří spoustu nábojů a tedy i peněz při tréninku na střelnici.

Nejčastější chyby

1. Pohyb probíhá po vlnovce.
2. V závěru nedojde ke zpomalení a při zastavení zbraně ve střelecké pozici se zbraň otřeše, tím se ztrácí čas.
3. Ruce se nepohybují koordinovaně a zbraň je strhávána ke straně slabé ruky.
4. Při cvičení „zapíchnutí“, spuštění na prázdko a stažení zbraně zpět do pohotovostní polohy se provádí stažení zbytečně rychle. Někdy tak dokonce dojde k tomu, že střelec spustí až během prudkého stahování zbraně. Pro trénink proto platí rychle tam, pomaleji zpět.

4.4 Tasení

Kdosi řekl, že kdo se v sebeobraně situaci rozhodl spoléhat na rychlé tasení, je sebevrah. S tím souhlasíme, nikdo jistě nestojí o westernový souboj. Jsou ale v podstatě dvě varianty situace, které si maximálně rychlé tasení vyžadají: nešťastná náhoda nebo nepozornost. V prvním případě máme na mysli přepad, kdy dopředu chyběly jakékoliv známky blížícího se střetu, druhá varianta zahrnuje zanedbání jasných signálů hrozby nebo podcenění průběhu nějakého konfliktu. V takových momentech může o našem přežití osudově rozhodnout i vteřina ztracená špatným tasením.

Co je to vlastně správné tasení?

Je to nejrychlejší způsob, jak dostat zbraň z pouzdra do pozice k dostatečně přesnému výstřelu. V tom jsou ale skryta dvě úskalí:

- ⊙ o kvalitě tasení svědčí až kvalita zásahu;
- ⊙ je jedno, jestli jsme bleskově dostali zbraň z pouzdra a máme ji ve střelecké pozici, když pak nastane příliš dlouhá prodleva do nutného výstřelu.

Pokud jde o samotné cvičení, měli bychom ho provádět maximálně soustředěně, nesnažit se hned od počátku o rychlost, ale o jednoduchost a plynulost provedení.

Pozor!

Od počátku je třeba dávat zvláště pozor, aby hlaveň zbraně nemířila na žádnou část těla. Nejčastěji to bývá slabá ruka před přidáním k úchopu.

4.4.1 Tasení z bočního opaskového pouzdra

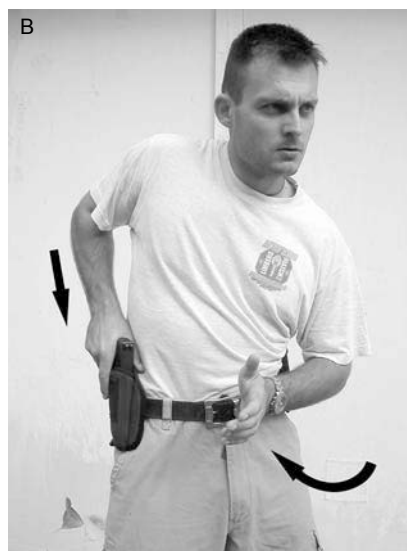
Tasení do úchopu obouruč

1. fáze: Prvním pohybem je sáhnutí po zbraní, které končí pevným a jistým úchopem co nejvýše na rukojeti. Tento pohyb začíná uvědoměním si polohy zbraně předloktím (obr. 27a), dále vede přes prudké pohlazení pouzdra, až se ruka dostane nad rukojeť zbraně. Tu pak razantně zatlačíme do pouzdra, čímž získáme precizní (hluboký a co nejvyšší) úchop (pokud máme na pouzdře pojistku, tak ji v tuto chvíli palcem odepneme; obr. 27b). Prst je mimo spoušť! Tato fáze není složitá, proto má být provedena maximálně rychle. Slabá ruka se zároveň připravuje před středem břicha, zhruba na úrovni žaludku, ruka je otevřená, relaxovaná, prsty směřují šikmo vpřed.



Obrázek 27a

Výbušný pohyb ruky s pohlazením pouzdra



Obrázek 27b

„Zaražení“ zbraně do pouzdra – získání jistého úchopu

2. fáze začíná vytažením zbraně z pouzdra, prst je stále mimo spoušť. Následuje prudké sklopení lokte silné ruky tak, že zbraň se dostává téměř na úroveň prsního svalu, do míst zmiňované pohotovostní polohy, hlaveň směřuje k cíli (obr. 27c). Zbraň se začíná pohybovat vpřed a vzhůru. V této chvíli už pomalu přikládáme prst na spoušť. Slabá ruka se před středem hrudní kosti přikládá na rukojeť, palec slabé ruky vytvoří pod-



Obrázek 27c

Sklopení lokte s okamžitým nasměrováním zbraně na cíl

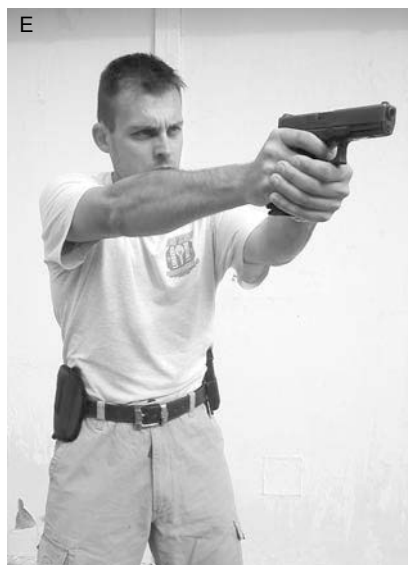


Obrázek 27d

Spojení rukou do „pohotovostní polohy“

ložku pro palec ruky silné. Pak se přiloží k sobě, oba směřují vpřed k cíli a vlastně na něj ukazují. Tím jsme dokončili pevný úchop, zbraň máme v pohotovostní poloze (obr. 27d).

- 3. fáze** začíná dokončením obouručního úchopu v pohotovostní poloze a pokračuje vytrčením zbraně na cíl – „zapíchnutím“. Končí srovnanými mířidly (obr. 27e).



Obrázek 27e

Dopředný pohyb zbraně s korekcí mířidel

Pro účely „údernosti“ tréninku můžeme vymezit tři kontrolní body pro jednotlivé fáze, které se pak mohou stát povely: 1. fáze – úchop, 2. fáze – pohotovostní poloha, 3. fáze – muška.

Tasení jednoruč silnou rukou

Postup se liší v práci slabé ruky. Po vytažení zbraně z pouzdra silnou rukou se slabá ruka přikládá k tělu tak, aby v závěrečné pozici byla její pěst (nebo dlaň) u ramene střelecké ruky a loket u hrudníku.

Rychlost jednotlivých fází

První dvě fáze jsou nejméně citlivé na nepřesnost a proto mohou být provedeny maximálně rychle, poslední fáze, kdy zbraň směřuje přímo na cíl, tedy „zapíchnutí“, má postupně zpomalující průběh. Opakovaným nácvikem se všechny fáze slévají v jedno plynulé provedení. Pak může přistoupit úsilí o rychlost.

Je třeba si zafixovat: Po dokončení tasení, ať už vystřelíme nebo cvičíme „nasucho“ a spustíme naprázdno, nestahujeme zbraň ihned zpět a neukládáme ji okamžitě do pouzdra. Vždy zkontrolujeme pomyslný (či skutečný) cíl – teprve potom zbraň pomalu stáhneme do pohotovostní pozice. Tam chvíli setrváme, pohled má směřovat na cíl a tam také máme být svou myslí. Pak teprve uložíme zbraň zpět do pouzdra. Nemálo závodních střelců má zažito okamžité vybití zbraně a bezprostřední uložení do pouzdra. Situace pro ně končí poslední ranou. Pro naše účely je ze zřejmých důvodů tento návyk velmi škodlivý.



Některé mýty o tasení

- ☒ U DA/SA zbraní se během tasení natahuje kohout, první „revolverovou ránu“ je totiž velká šance strhnout.
- ☒ V IPSC existuje divize Production, kde valná část střelců první ránu střílí s promáčknutím. S tasením strefují poppera na vzdálenost 15 m za 1,3 s. Ovšem takový virtuózní výkon, že by v tomto čase někdo ještě natáhl kohout palcem, tam k vidění není.
- ☒ Jinou alternativou je během zvedání zbraně na cíl vystřelit do země první „promáčkávanou“ ránu. Pak je již poušť v jemnějším režimu pro přesnou střelbu.
- ☒ K takovému tvrzení snad není ani nutné podávat nějaký komentář.....

4.4.2 Tasení ze skrytého nošení pod oděvem

Zřejmě nejsnadnější je tasení při použití saka, bundy, vesty apod. Prvním pohybem ruky odkryjeme pouzdro. Prsty silné ruky vytvoříme jakýsi hák, kterým odhodíme vzad okraj oděvu, o který se dál už nestaráme, a rukou pokračujeme dolů ke zbrani (obr. 28). Někteří preferují variantu, kdy tahem slabé ruky za oděv ještě napomohou odkrýt pouzdra (obr. 29).



Obrázek 28

Jedna z variant odhození svrchního oděvu.

Většina lidí tasení s bundou nikdy necvičí, ač zbraň právě takto nosí. Někdo pak může být nemile překvapen, o co delší a složitější může tento úkon být.

Každý již v tréninku zjistí, který druh oděvu je vhodný a který bude tasení vždy nepříjemně komplikovat. Některé podšívky například mají tu nepříjemnou vlastnost, že se přímo „nalepi“ na zbraň (zvláště pak u neoprénových střenek). Je na střelci, čemu pak dá přednost, jestli šatníku, nebo pohotovosti zbraně. Ke zlepšení odhození cípu saka, vesty nebo kratší bundy se někomu osvědčuje dát do kapsy malou zátěž. Mohou to být klíče apod. Jsou i tací, kteří považují za příhodné zátěž našít na vnitřní stranu cípu u silné ruky.

Další fáze tasení se neliší od varianty tasení z otevřeného nošení (obr. 29b,c). Jiným způsobem se provádí tasení zpod trika nebo mikiny, zkrátka oděvu, který nelze rozepnout. Slabá ruka uchopuje spodní okraj oděvu, zdvihá ho a odkrývá zbraň, silná ruka jde pro zbraň. Další postup se pak již neliší od předchozích variant.

Nejčastější chyby

1. Tasení předchází křečovitý stav, kdy ztuhlá ruka není schopna výbušného pohybu (zde se pro trénink radí co největší úvodní relaxace a jako pomůcka pro následný dynamický pohyb slouží představa vytržení vlastní ruky z držení druhou osobou).
2. Nedochází k dostatečnému „zaražení“ zbraně do pouzdra – úchop pak není jistý, při horším provedení je znemožněna rychlá a přesná střelba.
3. Slabá ruka zaostává, není připravena před tělem.
4. Tasení není jedním plynulým pohybem, probíhá fázovitě, zpomaluje se například při přidávání slabé ruky.



Obrázek 29

U některých volnějších a lehčích oděvů je třeba napomoci odkrytí pouzdra se zbraní tahem slabé ruky za protější cíp oděvu.

- 5.** Po tasení zbraně dojde k napnutí rukou a poté zvednutí na cíl, tím nejen že se oddaluje šance k bezprostřednímu výstřelu, ale také je větší možnost „přejet“ nad cíl.
- 6.** Prst se pokládá na spoušť již během vytahování z pouzdra.

7. Mezi dokončením tasení a prvním výstřelem je dlouhá prodleva (neúměrně k obtížnosti cíle), daná výraznou nepřesností srovnání mířidel (to má proběhnout již při závěrečném „zapíchnutí“, a to pocitově, v závěru proběhne pouze letmá kontrola).
8. Při tasení ze skrytého nošení není dostatečný pohyb ruky odhazující oděv. Hrozí tak uchopení zbraně zároveň s oděvem, což v nejhorším případě může vést až k vytržení zbraně z ruky při dalším pohybu.

4.4.3 Tasení z ledvinky

Musíme se smířit s tím, že i trénované tasení zbraně z ledvinky bude vždy o něco delší než např. z bočního opaskového pouzdra. Pro náš popis techniky budeme předpokládat způsob nošení s nábojem v komoře. Samotné tasení zbraně probíhá tak, že se obě ruce přesunou k silnému boku (*obr. 30a*). Slabá ruka uchopuje ledvinku za díl určený k otevření (vystouplý cíp či popruh) a odtrhuje vrchní krycí část směrem šikmo vlevo dolů. Současně silná ruka vniká do uvolněného vnitřního prostoru a uchopuje zbraň (*obr. 30b*). Obě ruce se spojují přibližně v místech obvyklé pohotovostní polohy a „zapichují“ zbraň směrem na cíl (*obr. 30c,d,e*).

Pozor!

1. Při tasení z ledvinky (vzhledem k poloze zbraně rovnoběžně s boky) hrozí nemalé riziko ohrožení levého bočního prostoru (u praváka). Ti, kteří budou tasení nacvičovat na střelnici, by měli mít při manipulaci se zbraní (zvláště ukládání a tasení) tendenci stavět se do úhlu střelby výrazněji slabým bokem (tedy i ústím zbraně).
2. V kombinaci rychlých pohybů při tasení (otevírání ledvinky a vyjímání zbraně) mnohdy dochází k tomu, že dráha ústí zbraně (zde s nábojem v komoře!) vede přes místo, kde se v té době nachází otevírající slabá paže. Je proto nutné nejen být opatrný, ale samotnému výcviku na střelnici by měl také předcházet nutný „suchý“ nácvik.

Poznámka

Ti, kdo se rozhodli takovou ledvinku denně nosit, by měli současně věnovat dostatečný prostor v nácviku manipulaci s ní (zvláště tasení). Problémem však je, že častá manipulace se „zbraňovou“ částí ledvinky s sebou nese nadměrné opotřebení fixujícího suchého zipu. Proto by pravidelní uživatelé měli uvážit alternativu pořízení ještě jednoho, zcela totožného výrobku. Novější ledvinka poté slouží k nošení zbraně, starší, „amortizovaná“, k „sušení“ a nácviku střelby.



Obrázek 30

Tasení z ledvinky bývá v nácviku poněkud opomíjenou technikou, i když nemálo majitelů zbraní právě takto v letních měsících zbraň nosí.

4.4.4 Tasení s natažením

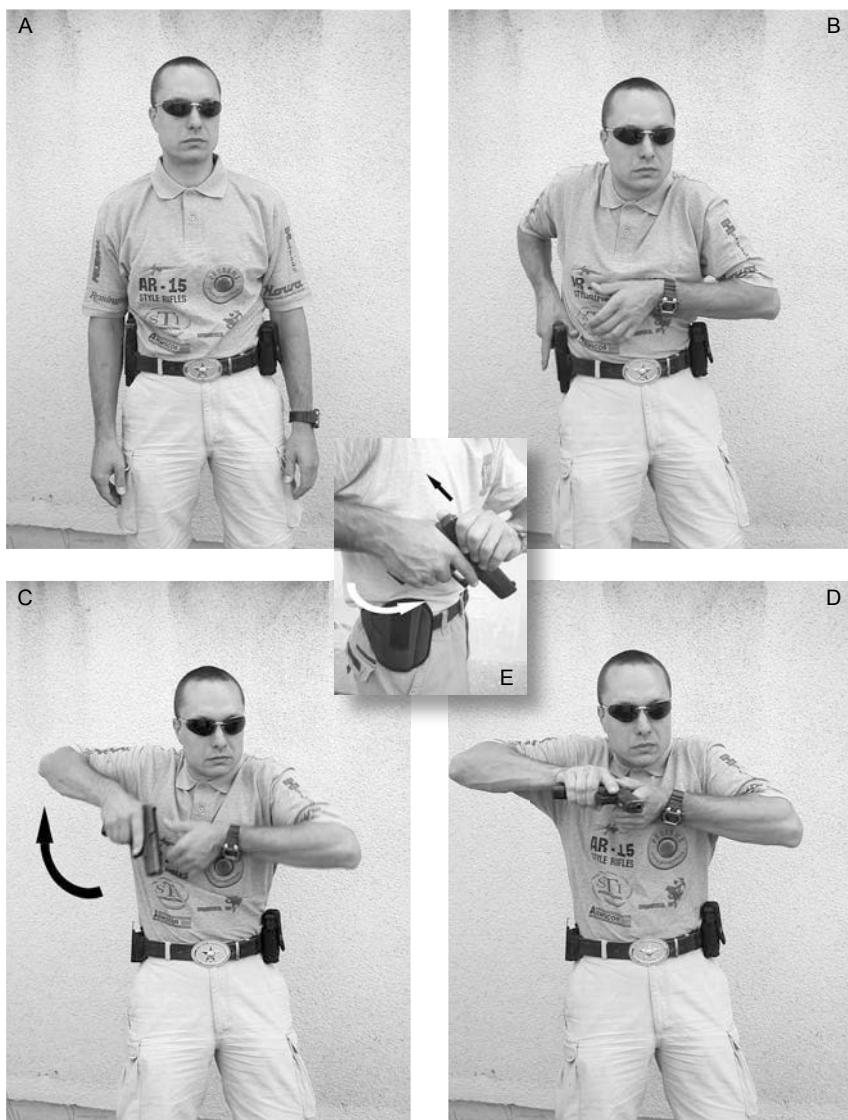
Někteří střelci odmítají nosit zbraň s nábojem v komoře. Argumentují tím, že na natažení bude vždy dost času, že celý úkon lze nacvičit tak rychle, že nepředstavuje podstatné zdržení. Další zas zmiňují psychologicky významný „odstrašující“ aspekt cvaknutí závěru při prudkém natažení zbraně. A také, že pravděpodobnost vzniku sebeobraně situace je ve srovnání s rizikem náhodného výstřelu menší, takže je nepřipustné riskovat nehodu způsobenou neočekávaným výstřelem. My si však nemyslíme, že v momentě napadení bude vždy dost času na natažení zbraně. Dále, nemusíme mít obě ruce ihned volné – ačkoliv bychom se měli snažit tomu předejít, mohou nastat situace, kdy budeme vláčení za rukáv, odrážet útočníka slabou rukou apod., nebo se může připlést nezúčastněná osoba, kterou budeme muset odstrčit, ruce budeme mít zpoceně, mokré, zbraň bude mastná apod. Pokud se argument o dostatečném času na natažení vztahuje k přípravě zbraně před vstupem do rizikové oblasti (např. prohledáním nebezpečného prostoru), pak to znamená, že bychom měli se zbraní manipulovat na veřejnosti, což nemáme mimo případy sebeobrany dělat. V kolika případech je také k dispozici takové soukromí, abychom skutečně neriskovali nežádoucí pozornost? Navíc pak nosíme zbraň ve dvou režimech, „někdy bez a někdy s“, což odporuje principu jednoduchosti atd. Tasení s natažením bude i přes usilovný nácvik zpravidla vždy o něco pomalejší než bez něj. Je to prostě aktivita navíc, která vyžaduje určitý čas.

Poslední námitka zastánců nošení zbraně bez náboje v komoře, porovnávající pravděpodobnost náhodného výstřelu s četností sebeobraně situací, je otázkou o smyslu celého nácviku. Je-li pravděpodobnost sebeobraně situace tak malá, proč se tedy roky dříť s tréninkem a utrácet energii a peníze? Odpověď si musí dát každý sám, my jen podotýkáme, že nikdo neví, zda se tato nepravděpodobná epizodka neodehraje právě v jeho životě a zda o něm fatálně nerozhodne. Neočekávanému výstřelu lze předcházet i jinak: volbou zbraně s úderníkovou pojistkou, kvalitním pouzdrem a dodržováním bezpečnostních zásad. Přesto, že se přikláníme k nošení zbraně s nábojem v komoře, považujeme i tasení s natažením za součást univerzálního výcviku.

Provedení tasení s natažením

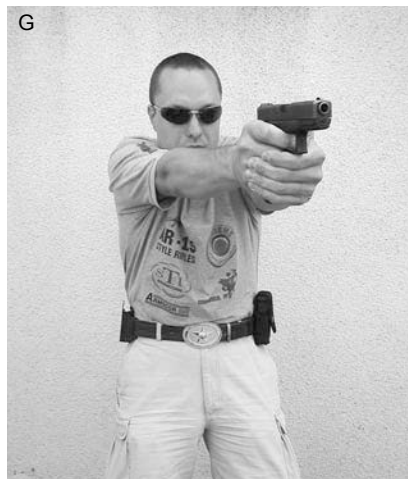
Budeme vycházet z doporučené varianty bočního opaskového pouzdra na silné straně.

- 1. fáze:** Silná ruka putuje k pouzdru (při skrytém nošení pochopitelně odhazuje oděv) a uchopuje zbraň, slabá ruka se dostává před tělo blíže k pouzdru (*obr. 31b*).
- 2. fáze:** Silná ruka vytahuje zbraň z pouzdra a přibližuje slabé ruce (*obr. 31c*). Dále mohou následovat tři varianty:
 - a) silná ruka zvedá loket směrem vzhůru, zhruba na úroveň klíční kosti rovnoběžně se zemí – tím dochází v horizontální poloze zbraně k „nabídnutí“ závěru slabé ruce pro pohodlný úchop; slabá ruka se pak chytá dlaní a částečně palcem na spodní straně a zbylými prsty na horní straně závěru (zbraně mají v tomto místě vyfrézované drážky);



Obrázek 31

Tasení s natažením bývá preferovanou technikou zejména u izraelského způsobu střelby. Tato škola si však ve světě nezískala mnoho příznivců. Značně modifikovaná provedení si ovšem našla své místo v různých výcvikových systémech.



Obrázek 31 Pokračování

b) technika je obdobná, úchop závěru je ale proveden dvěma prsty slabé ruky (palec z horní strany, ohnutý ukazovák zespodu; *obr. 31d*);

c) k úchopu dochází prakticky již těsně u pouzdra, úchop je nadhmatem (*obr. 31e*).

Obě ruce během následného natažení nepřestávají v pohybu dopředu.

3. fáze: Mírně opožděná slabá ruka se podél zbraně sklopí (příp. „dohání“ zbraň) a připojí se k obvyklému úchopu na rukojeti (*obr. 31f*).

4. fáze: Zbraň pokračuje přímým směrem k cíli až do dokončení střelecké pozice (*obr. 31g*).

Nejčastější chyby

1. Nedostatečné nastavení zbraně pro optimální provedení některé z technik.
2. Nedostatečný pohyb pro natažení náboje do komory.
3. Natažení až při narovnaných rukou a namířené zbraní.
4. Přehnaný pohyb natahující ruky (ruka příliš zaostává vzadu).
5. Silná ruka je mnohem rychlejší, k dokončení „zapíchnutí“ zbraně na cíl nedochází již za obouručního úchopu.
6. Fázovitě provedení bez náležité plynulosti.

Poznámka

Intenzivní provádění „suchého“ nácviku varianty, která pro nás bude nejvíce přirozená, je předpokladem bezpečného a rychlého zvládnutí tasení s natažením.

4.5 Závady a jejich odstraňování

4.5.1 Příčiny závad

Příčiny závad zbraně mohou být různé. V podstatě jde o tři základní skupiny. Za prvé může jít o poruchy mechanismu vlivem nepříznivé momentální polohy částí zbraně a munice, kritické znečištění míst klíčových pro funkčnost, destrukce určité součástky nebo nevhodné a neodborné úpravy.

Dalším důvodem může být munice. Nemáme zde ale na mysli nebezpečné experimenty některých střelců, kteří si náboje doma přebíjejí a zkouší si vyrobit vlastní „tormentační“ náboje, nebo jiných, kteří naopak opomenou dát do nábojnice prach vůbec. Příčiny bývají mnohem obvyklejší. Jde nejčastěji o munici s nesprávným či příliš dlouhým skladováním, různými odchylkami od standardních rozměrů, deformacemi nábojnice a projektilu, případně s odlišnými požadavky na konstrukci a odolnost zbraně, než je ta naše.

Poslední a pravděpodobně nejčastější příčinou toho, proč zbraň přestane (nebo nezačne) střílet, bývá lidský faktor. Jde o tzv. závady rukou a hlavy. Chybná manipulace, spěch, ledabylost, nedostatek údržby a pečlivé kontroly důležitých rutinních činností může vést k tragickému konci – zbraň s sebou v krizové situaci sice máme, ale možná na nic. Nemálo lidí totiž klade velmi malý důraz na vybudování „rituálu“ samotného nabíjení zbraně. Jde zejména o soubor pečlivých, nadřilovaných pohybů vedoucích k její bezchybné a bezpečné přípravě pro každodenní nošení. Jednou z dalších variant, kdy střelec sám zapříčiní závadu, je kupříkladu příliš „měkké“ držení zbraně (zvláště časté u žen nebo při nouzovém použití zbraně „od pasu“). Chybný jemný úchop pokrčenou paží může být zvláště u pistolí s plastovým rámem (Glock, ČZ 100 apod.) příčinou nechtěného přerušení střelby. Zpětný ráz zbraně nemusí mít v popsanych případech dostatečnou oporu pro zajištění nabíjecího cyklu.

Odstraňování běžných závad není zvláště složité. Někteří ovšem mohou pod tlakem svými zmatenými a nekoordinovanými pohyby „vyrobit“ závažnější závady, než byla ta prvotní. Někdy tak lze zaseknout mechanismus do té míry, že je pro netrénovaného jedinice vlastně nemožné zbraň vůbec v reálném čase použít. Nemyslíme tím ovšem vzácnější případy havárií zbraní nebo závažnější poruchy mechanismu. Tam již nepomůže žádná rychlá dovednost, jsou to poruchy zásadně dílenské povahy. I zbraně těch nejlepších značek jsou koneckonců jen pouhými mechanickými stroji s možností chyb. Únava materiálu nebo přepětí mechanismu tak může způsobit kolizi odstranitelnou jen časově náročnou opravou, a to někdy jen odborným zbrojířem s vhodnými nástroji. My zde ale máme na mysli zejména závady „odstranitelné v boji“, které je díky svému delšímu výcviku střelec schopen napravit do několik málo sekund. Více času zpravidla mít k dispozici nebude, pak totiž může být zraněn či mrtev. Jde proto o nedílnou součást nácviku, vedoucí k reálné šanci přežít takovou nepřijemnou krizi v situaci, kdy okolo budou hvízdát projektily protivníka. Jen dlouhodobý

Závada	Příčina	Řešení	Čas nutný k řešení situace
• nedojde k výstřelu • kohout zbraně dopadne naprázdno	• opomenutí nabití náboje do komory • vadná zápalka • povyjetý zásobník • slabá pružina zásobníku	1. doražení zásobníku 2. natažení závěru	1,5 s
• spoušť je netečná • závěr je nedovřený • náboj je šikmo přivřen v komoře závěrem	• porušený tvar stěny nebo nábojnice • silně znečištěná zbraň • ochablá vratná pružina • vadný zásobník	1. uvolnění náboje závěrem 2. doražení závěru vpřed	1,5 s
• spoušť je netečná • nábojnice je přivřena závěrem: a) směrem vzhůru b) souběžně se zbraní	• vadný vyhazovač • vadný nebo znečištěný vytahovač • neodpovídající munice	a) zpětným pohybem dlaní odstranit nábojnici b) 1. závěr posunout nepatrně vzad 2. důrazným naklopením doprava se zbavit nábojnice	a) 1 s b) 2 s
• spoušť je netečná • závěr je nedovřený • komora je plná (náboj nebo nevytažená nábojnice) • další náboj uvolněn ze zásobníku, závěr jej tlačí na zaplněnou komoru	• zdeformovaný okraj nábojnice • znečištěný vytahovač • vadný zásobník • chybná manipulace	1. povysunout zásobník a zachytit jej malíkem střelecké ruky 2. zbraň naklonit výhoz-ním okénkem k zemi, několikanásobným zatažením závěru vzad vyhodit zpříčené náboje, dorazit zásobník, natáhnout zbraň	3 s
• nedojde k výstřelu • dno, pružina zásobníku a náboje vypadly ze zbraně	• uražené dno zásobníku	1. odstranit zbylou část zásobníku ze zbraně 2. provést přebití zbraně záložním zásobníkem	3 s

a cílený trénink dostatečně rychlé reakce se zautomatizováním účelných pohybů vedoucích k co nejrychlejšímu znovuzprovoznění zbraně může totiž směřovat k žádoucímu cíli. K tomu, že nám jednou možná zbude i jiné řešení, než zbraň zahodit směrem k útočníkovi a prchat s nadějí, že nás nedožene nebo nebude mít zrovna svůj „střelecký den“. Nezbyvá proto nic jiného, než buď cvičit, nebo doufat.

4.5.2 Odstraňování závad

1. Může nastat situace, kdy **nedojde k očekávanému výstřelu**. Příčiny mohou být různé. Někdy je to zapříčiněno nevhodnou municí s příliš „tvrdými“ zápalkami v kombinaci se slabší úderníkovou pružinou. Mnohem častěji je ale na vině nedoražený či uvolněný zásobník, vadný náboj nebo to, že jsme zcela opomněli, že nemáme náboj v komoře (obr. 32 a,b).



Obrázek 32
Univerzálním řešením situace, kdy nedojde k očekávanému výstřelu, je okamžité doražení zásobníku (a). Následuje natažení závěru (b). Tím se odstraní většina důvodů nefunkčnosti zbraně.

- 2. Nedoražený závěr (obr. 33).** Náboj se jen ztěžka dostává šikmo nahoru do komory. Závěr jej přivřel v této nešťastné poloze. Příčinou může být silné znečištění kluzných částí nebo chybná manipulace se závěrem.



Obrázek 33

Optimálním řešením při nedoraženém závěru je mírným tahem závěru zbraně vzad (a) uvolnit náboj. Puštěním dojde obvykle samo k doražení závěru. Při silném znečištění zbraně nebo při slabší pružině nemusí dojít k patřičnému uzamčení. V některých případech je proto nutné ještě lehkým úderem dotlačit závěr směrem vpřed (b). Pozor! Nesprávná reakce mnoha střelců na tuto závadu, zatažení závěru zcela vzad, zpravidla způsobí závadu mnohem nepříjemnější – klasický vzpříčený náboj!

- 3. Příčně sevřená nábojnice (obr. 34)** je jasně viditelná i z pohledu střelce. Není závadou, která by vyžadovala složitou opravu. Příčin může být mnoho, např. nedostatečný chod závěru směrem vzad, příp. nestandardní práce vytahovače a vyhazovače.

Méně častá varianta podobné závady je **nábojnice sevřená podél (obr. 35)**, souběžně s osou zbraně.

- 4. Jednou z nejnepříjemnějších závad je vzpříčený náboj (obr. 36).** Pootevřený závěr tlačí na náboj zasunutý v komoře další, jenž je uvolněný ze zásobníku. Důvodem může být výše uvedená chyba střelce, často také deformované vyústění zásobníku. I taková porucha se po intenzivním nácviku dá poměrně pohodově odstranit.

Obrázek 34

V případě příčné sevřeně nábojnice většinou stačí prudce hranou ukazováku „pohladit zbraň“. Uvolněná nábojnice zpravidla odpadne a závěr se sám dorazí (jestliže by nedošlo, jako u předchozího případu, k jeho dostatečnému doražení, je dále zapotřebí provést obdobný postup).



Obrázek 35

Pokud je nábojnice sevřená podél je třeba pouze mírným tahem vzad potáhnout závěr a pohybem do strany vyhodit uvolněnou nábojnici.

Reakce na zcela nedoražený závěr by pak byla opět obdobná jako u předchozích případů.

Pozor na nesprávné a velmi časté řešení – zatažení závěru zcela vzad.

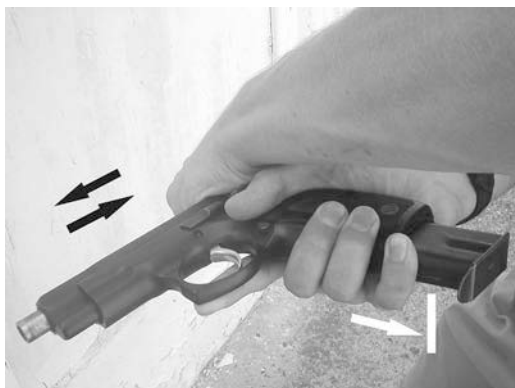
To s sebou nese již zmíněné riziko vzpříčeného náboje!



Obrázek 36

První reakcí je povysunutí (ne vyjmutí!) zásobníku a jeho zachycení malíčkem.

Následně je třeba naklopit zbraň výhozním otvorem k zemi a několiknásobným zatažením závěru vzad uvolnit vnitřní prostor zbraně. Potom následuje opět doražení zásobníku a natažení závěru.



4.6 Opakovaný výstřel

Na světě není k dispozici střelivo do krátkých palných zbraní, které by se 100% jistotou zaručilo, že útočník po jednom zásahu, byť do vitální zóny, nebude v boji pokračovat. Navíc zákonné normy v ČR výrazně omezují výběr munice vhodné pro sebeobranu ve prospěch střeliva s nižší ranivostí. Proto je nutné počítat s tím, že v sebeobraně situaci budete pravděpodobně nuceni k zastavení útočníka vystřelit několikrát rychle za sebou. Schopnost co nejrychleji a přitom dostatečně přesně zopakovat výstřel je jedním z nejdůležitějších prvků nácviku fáze II, a je jí proto třeba pečlivě projít. Předpokladem je dokonale zvládnutý úchop, stabilní postoj a plynulý, i když rychlý spouštění. Musíme počítat s tím, že opakovaný výstřel klade na tyto dovednosti vyšší nároky, takže možná zjistíme, že je třeba začít částečně jakoby znova. To je v pořádku, takové zjištění svědčí o poctivosti v hodnocení. Zdánlivě rozpadlá technika se znovu poskládá, ale v kvalitativně vyšší podobě.

4.6.1 Úskalí opakovaného výstřelu

Při opakovaném výstřelu nejde rozhodně o namíření zbraně na cíl a co nejrychlejší a nekontrolované dvoj- či vícenásobné zmáčknutí spouště. Pro rychlé zopakování výstřelu je nutné v co nejkratším čase jistě zvládnout zpětný ráz výstřelu předchozího a přesně vědět, kam má jít další rána. Tady jsme u jednoho z největších úskalí. Lze zvládnout zpětný ráz pouze pasivně – úchopem, postojem apod., nebo se má aktivně pracovat proti němu? Odpověď leží někde mezi oběma těmito možnostmi. Platí, že čím horší je úchop a postoj, tím aktivněji musíme pracovat proti a tím dříve začít, abychom zpětný ráz zvládli. Čím aktivněji proti zpětnému rázu pracujeme, tím je větší riziko, že se nám „rozsype“ načasování a zapracujeme proti zpětnému rázu dříve, než vůbec nastane, a během spouštění strhneme. Začneme „křečovatět“.



Obrázek 37

I v sériích výstřelů s mezipřestávkou 0,2 s špičkoví střelci v IPSC disciplínách spolehlivě kontrolují svoji zbraň. To není otázkou síly, ale především precizního zvládnutí techniky postoje a držení zbraně. Pověšme si zde úlohu narovnané silné ruky, která tvoří „pažbu zbraně“. Ani v takovém rytmu střelby nedochází k ohybu v lokti. To omezuje zdvih a umožňuje rychlé vrácení zbraně do polohy pro další výstřel.

Další otázkou je, jak poznáme, že můžeme znovu vystřelit, abychom i další ranou zasáhli cíl. Odpovědí je vymezení několika základních režimů a rytmů střelby, které se liší způsobem kontroly zamíření vzhledem k vzdálenosti cíle, jeho velikosti apod. Z toho se logicky odvíjí i rychlost střelby. Tady hodně začátečníků chybují, když se snaží střílet různě vzdálené terče ve stejném, zpravidla neúměrně rychlém rytmu. Nikdy se nesmí zapomínat, že rychlost bez přesnosti není ničím. Nebudte deprimovaní tím, že zkušený střelec zasáhne cíl dvojstřelem stejně rychle, ale na dvojnásobnou vzdálenost. Časem i vy můžete získat takovou jistotu v ovládání zbraně a dostat se k podobnému výkonu. I zde je třeba nemalé dávky trpělivosti a cvičení. Kdo odchází ze střelnice s dobrým pocitem, že si „zakalil“, a jaksí pozapomíná, že většinou výstřelů nejenže nezasáhl vitální zónu figuríny, ale dokonce terč minul úplně, by si měl představit, jak by teprve jeho výkon vypadal pod tlakem reálného střetnutí.

4.6.2 Režimy opakovaného výstřelu

Opakovaný výstřel je vhodné začít cvičit od základní jednotky dynamické střelby, a tou je dvojstřel. Pokud se vám budou následující režimy střelby zdát povědomé, tak je to v pořádku, jde o aplikaci z kapitoly o zamíření. Uvádíme je proto, že je poměrně rozšířený mýtus, že v dynamické střelbě se zásadně střílí dvojstřel s kontrolou mířidel pouze při první ráně, pak se máme spolehnout na pohybovou paměť. Zkušenosti ukazují, že to je možné pouze u nejbližších terčů. Kontrola mířidel se na střední a delší vzdálenosti rozhodně vyplatí, a nemusí být zaplacená nepříjemným zdržením. Skutečně je možné naučit se periferně sledovat pohyb mušky i při mezičase mezi jednotlivými výstřely 0,20 s.

1. Režim 1 – nejzákladnější jsou tzv. kontrolované páry. První výstřel provedeme s vizuální kontrolou obrazu mířidel a druhý také. Tento režim můžeme používat pro vzdálenější a malé cíle (cca 15 a více m). Těžiště pozornosti je na mířidlech, zbytek na cíli. Postupným tréninkem budeme schopni lépe zpracovat zpětný ráz, takže se zbraň rychleji vrátí do polohy zhruba srovnaných mířidel.
2. Režim 2 – tzv. zrychlené páry, používáme je na bližší terče (cca 3–15 m), letmo kontrolujeme mušku. Ta by se měla pohybovat v jedné linii nahoru a dolů. Zbraň by se měla vracet zhruba do stejné polohy jako před výstřelem. Při dostatečné pokročilosti dokážeme jedním pohledem vnímat mušku i cíl.
3. Režim 3 – tzv. double tap, používáme ho při střelbě na blízké terče (do 3 m), kontrola je výhradně pocitová, pozornost je pouze na cíli.

Je jasné, že vymezení vzdálený a blízký terč nemůže být jiný než přibližný. Využití jednotlivých režimů střelby se bude u každého lišit podle pokročilosti nácviku, ale i vrozených schopností. Někteří ze špičkových závodníků v IPSC dokáží se solidní přesností střílet s výhradně pocitovou kontrolou na 15 metrů. Ovšem to je v situacích, kdy nejde o život a minutí cíle je jen minutím terče, i když nepříjemně penalizovaným.

Postupně bychom měli přejít ke střelbě většího počtu sérií dvojstřelů nebo více ran v jednom rytmu. Obvyklou horní hranicí bývá počet 5–6.

Nejčastější chyby

1. Nekontrolované „doubly“, to znamená, v pojetí některých méně zkušených střelců, namířit na cíl (jakkoliv vzdálený) a dvakrát co nejrychleji zmačknout spoušť – v terči pak obvykle bývá sotva polovina ran.
2. Při vícečetném výstřelu střelec postupně zhoršuje kontrolu zpětného rázu, rozpadá se mu postoj, zaklání se. Začne proto aktivněji pracovat proti zpětnému rázu a čím dál víc zbraň strhává. To se na terči zobrazí nejčastěji posunem zásahů k levému dolnímu rohu.
3. Všechny rány jsou sice přesné v terči, ale v nepříjemně dlouhém čase.

Zásady pro trénink

Začít zrychlovat můžeme, pokud zasahujeme vitální zónu více než 70 % výstřelů (tzn. i dalšími, nejen prvními ranami). Jakmile se některé ze zásahů posouvají k okrajovým částem terče, je třeba úměrně zpomalit.

4.7 Přenášení střelby

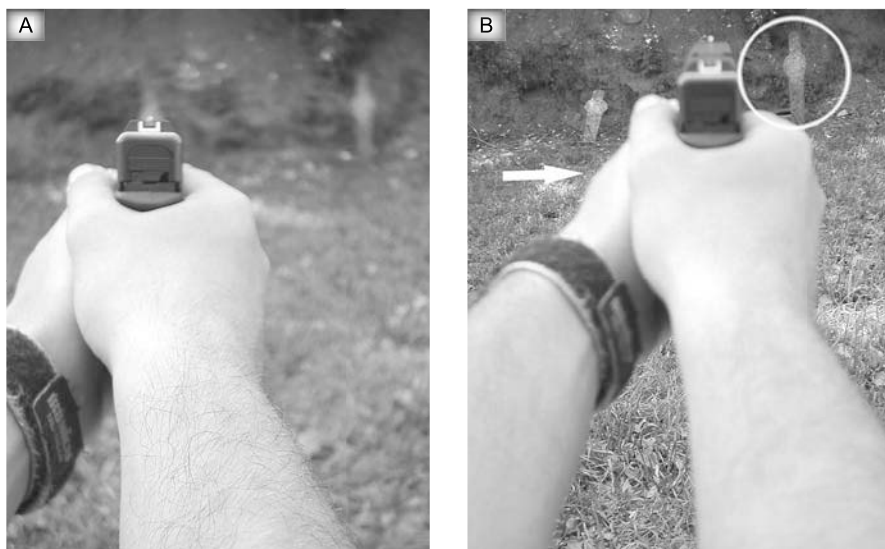
Přenesení střelby, tedy změna směru míření při střelbě na více cílů nebo schopnost rychlé reakce na spatření cíle v jiném směru, než máme zaměřeno, je jednou ze hlavních dovedností obranné střelby. Základními předpoklady jsou určitá zběhlost v pocitové kontrole srovnání mířidel při pohybu zbraní, přenášení pozornosti mezi cílem a mířidly a kontrola zpětného rázu, jak jsme ji cvičili při opakovaném výstřelu. V neposlední řadě i aplikované zkušenosti s odhledem. Jednou z hlavních zásad je, aby se do pohybu zapojily boky a trup. Horní část trupu, ramena a ruce by se měly, pokud to podmínky dovolí, pohybovat jako jeden celek. Další postup se liší podle vzdálenosti cílů od střelce a mezi sebou. Z nácvikových důvodů začneme přenášením na cíle od nás stejně vzdálené.

Poznámka

Je velmi důležité zvládat (a tedy i trénovat) techniky přenášení jak zprava, tak zleva. Jeden z těchto směrů je pro každého střelce přirozenější. Pro komplexní střeleckou přípravu je nutné posilovat dovednost i z druhé, méně oblíbené strany (doporučuje se poměr 3:1 pro „nešikovnější“ směr). Ne vždy si totiž budeme moci vybrat pořadí střelby terčů.

4.7.1 Přenášení na cíle na střední vzdálenosti (cca 3–15 m)

Pozornost se přenáší z cíle na mušku a zpět (obr. 38). Později bychom obojí měli obsáhnout jedním pohledem. Začneme z pohotovostní pozice, pozornost je na cíli, provedeme „zapíchnutí“, v zorném poli se objeví muška, zbraň tak míří do záměrné oblasti cíle. Aniž bychom na cokoličekali, ihned po stisknutí spouště přeneseme oči na záměrnou oblast dalšího cíle, ruce se zbraní mají následovat pohled („zbraň je ve vleku pohledu“) a opět skončit s muškou ukazující do záměrné oblasti cíle. Takto pokračujeme na další cíle.



Obrázek 38

Pozornost je na mířidlech umístěných na cíli (a). Následuje výstřel. Po zaregistrování zásahu prvního cíle se pohled přesouvá na druhý cíl (b). Zbraň následuje pohled, až skončí srovnána v linii oko – terč.

Nejčastější chyby

1. Prodlévání na terči po výstřelu. Nemáme kontrolovat, kam se vrátila muška, ani vizuálně sledovat zásah. Tím se pouze zdržujeme, cílem tu je co nejrychleji nalézt, vyhodnotit a zasáhnout další cíl.
2. Po přenesení se ulpívá na mířidlech. Tato situace nastává, pokud nemáme dostatečně pocitově zažito jejich srovnání a nemáme to mnohokrát ověřeno. Letná kontrola mušky je ovšem jakousi pojistkou.

4.7.2 Přenášení na blízké cíle (cca do 3 m)

Zde si můžeme dovolit mít pozornost pouze na cíli. Jakmile vystřelíme na první cíl, okamžitě přeneseme pohled na další a bezprostředně poté i zbraň. Aniž bychom nyní sledovali mušku, byť nejkratší dobu, znovu střílíme. Postup má být maximálně rychlý, vše jistí zažitá pocitová kontrola, její nepřesnost je zde díky krátké vzdálenosti zpravidla v mezích tolerance.

Nejčastější chyba

Těkání pozornosti mezi cílem a muškou.

4.7.3 Přenášení na cíle na delší vzdálenosti (více než 15 m)

Tato varianta je vzhledem k obvyklým vzdálenostem většiny sebeobraných situací nejméně pravděpodobná. Protože ji ale nelze úplně vyloučit, je vhodné jí věnovat přiměřenou část výcviku. Je technicky a pochopitelně i časově náročnější než obě předchozí, vyžaduje přesouvání pozornosti mezi cíli a oběma mířícími prvky. Už tedy nevystačíme s pouhým sledováním mušky, je nutné kontrolovat celý obraz mířidel.

1. Nejdříve se zrakem zaměříme na první cíl, pak provedeme „zapíchnutí“ a pozornost přeneseme na mířidla. Cíl v tu chvíli vidíme méně jasně a obraz mířidel naopak ostře. Vystřelíme.
2. Pozornost zaměříme na další cíl a přeneseme zbraň. Jakmile se zbraň začne dostávat do našeho zorného pole, přesuneme pozornost na mířidla. Ještě než dokončíme pohyb, provedeme nutné korekce až do správného obrazu mířidel. Po dokončení pohybu máme mít obraz mířidel směřující do záměrné oblasti. Jakmile je toto splněno, bez dalšího čekání vystřelíme.

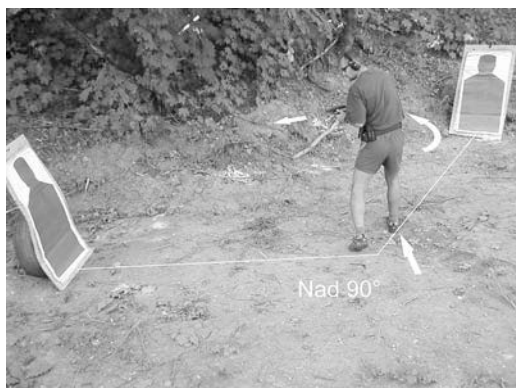
Uvedený postup se s rostoucí vzdáleností liší pouze v tom, že musíme část pozornosti přesouvat i na klidné, precizní spouštění.

4.7.4 Přenášení na cíle ve velkém úhlu

Při přenášení až do úhlu cca 90° není nutné měnit pozici nohou (*obr. 39*). Může se ovšem stát, že následující cíl bude od předchozího tak stranově vzdálen, že pouhá rotace trupu nevystačí. V takovém případě je kromě překroku vhodné stáhnout zbraň do pohotovostní polohy a na další cíl znovu „přepíchnout“ (*obr. 40*). Tím nejenže zrychlíme tento manévř, ale také omezíme tendenci překomitnutí zbraně při větší rotaci.



Obrázek 39
*Úhel postavení cílů je menší než 90°.
 Přenesení střelby provedeme
 pouze rotací trupu bez změny
 postavení nohou.*



Obrázek 40
*Při úhlu větším než 90° je už nutná
 změna postoje.*

4.7.5 Přenášení na cíle různě vzdálené

Po zvládnutí předchozích postupů přejdeme k další fázi, kdy jsou cíle od nás různě vzdálené. Z předchozího výkladu vyplývá, že v tomto případě se neobejdeme bez změn režimů pozornosti, podle vzdálenosti cíle.

Přikládáme se k doporučení začít nácvik umístěním terče na blízké a delší vzdálenosti tak, aby se režimy pozornosti výrazněji lišily. Nesmíme zapomenout střídát při střelbě pořadí terčů. Možná zjistíte, že zrychlit je jednodušší než zpomalit, ale je třeba cvičit obě varianty. Vždy si napřed v duchu projdeme, co vlastně chceme dělat. Je dobré zopakovat si, jaký typ pozornosti budeme na jaký terč potřebovat, pak si projít situaci „nasucho“ a až se nám to podaří bez chyby, začít se střelbou. To se později stane podvědomou rutinou. Postupně je dobré si stavět další varianty vzdáleností a počtu terčů. Tato fáze nácviku je skutečně obtížná a zprvu mohou mít mnozí nemalé problémy přizpůsobit rytmus své střelby tak, aby odpovídal momentální situaci.

4.7.6 Cíle různé velikosti

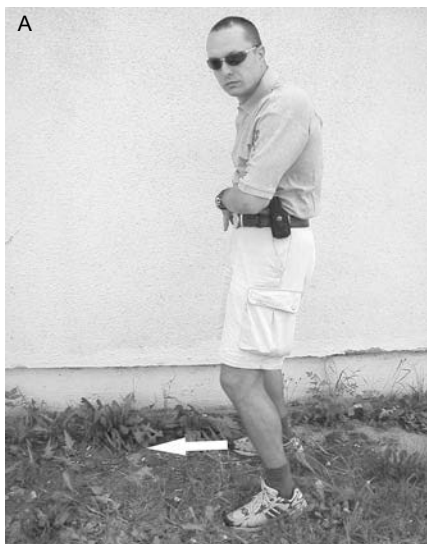
Dalším scénářem je střelba na cíle různé velikosti, ať už na stejné nebo rozdílné vzdálenosti. Zdokonalí se tak smysl pro změny rytmu střelby. Často lze díky rozličné velikosti terčů (tzv. redukovanych) improvizovat při omezené vzdálenosti na střelnici.

4.8 Stranové změny postoje

Podle studií střeleckých střetnutí z USA byl v 50 % případů obránce nucen čelit náhlé hrozbě z jiného než čelního směru. V následující kapitole jsou uvedeny techniky rychlé stranové změny postoje, které se nejčastěji spojují s tasením zbraně nebo jejím „zapíchnutím“ z pohotovostní polohy. Hned v úvodu si musíme uvést hlavní pravidlo. Pokud je to možné, snažíme se dokračovat jen tam, kam periferně vidíme. Nebezpečí nespočívá ani tak v tom, že bychom upadli a ublížili si, ale v následující vteřině máme bojovat, a ne se potácet.

4.8.1 Reakce do slabé strany

Postavíme se k terči slabým bokem (*obr. 41a*). Vykročíme silnou nohou vpřed na slabou stranu. Přeneseme váhu na silnou nohu, pak otáčíme trup k cíli a současně provedeme buď tasení, nebo „zapíchnutí“ zbraně (*obr. 41b*). Obojí dokončíme s rotací trupu (*obr. 41c*).



Obrázek 41

Technika je provedena vykročením silné nohy vpřed (do oblasti kontrolované periferním viděním) se současnou rotací boků. Pozor na častou chybu úkroku slabou nohou vzad.

U této a následujících technik „vykročení“ se zbraní často nejsou všechny činnosti provedeny současně v jeden moment. To má za následek ztrátu drahocenného času a v některých případech dokonce i závažné porušení bezpečnosti.

4.8.2 Reakce do silné strany

Postavíme se silným bokem k terči. Vykročíme slabou nohou vpřed na silnou stranu (obr. 42a). Přeneseme váhu na silnou nohu a začneme rotovat trupem. Současně zahájíme tasení nebo jen „zapíchnutí“ z pohotovostní polohy (obr. 42b). Dokončením rotace trupu ukončíme poslední fázi tasení nebo „zapíchnutí“ zbraně (obr. 42c).

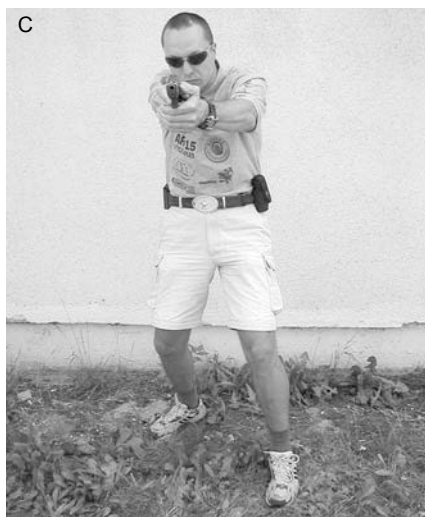
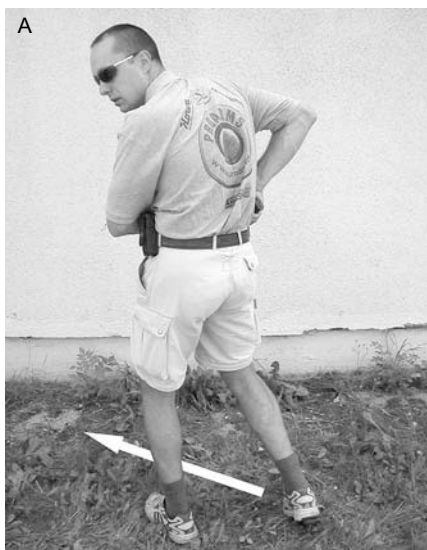


Obrázek 42

Technika je provedena výkrokem slabé nohy šikmo vpřed se souběžnou rotací boků. Běžnou chybou je úvodní posun silné nohy vzad, kam pochopitelně nevidíme.

4.8.3 Otočka

Je to složitější a časově náročnější manévr, během kterého nemáme okamžitou kontrolu, zda je skutečně nutné střílet. Je proto velmi důležité od počátku si vštěpovat nutnost pečlivého vyhodnocení důvodu pro použití zbraně.



Obrázek 43

Technika je zahájena rotací hlavy a „úhlopříčným“ překrokiem silnou nohou. S došlapem následuje celkové dotočení. Opět pozor na pohyb slabou nohou zpět, hrozí riziko případného nárazu na neočekávanou překážku či zakopnutí.

Postavíme se k terči zády. V první fázi začneme otáčet hlavu přes slabé rameno. Zároveň s tím překročíme silnou nohu před slabou zhruba na „hodinovou“ pozici čísla 10. Pokud tasíme zbraň, provedeme první fázi – úchop (*obr. 43a*). Přeneseme váhu na silnou nohu a začneme rotovat trupem. Zároveň s tím provedeme druhou fázi tasení, dosažení pohotovostní polohy (*obr. 43b*). Pohyby rukou dokončíme s rotací trupu (*obr. 43c*). Existuje i sportovnější varianta, kdy se otočení provádí „za zbraní“ a zejména praváci při vícečetných terčích navazují na rotaci oblíbenějším přenášením zleva doprava.

Poznámka

Všechny tyto stranové manévry lze v dalším nácviku kombinovat se současnou změnou poloh do kleku nebo lehu (např. úloha: tasení doprava, do polohy v kleče).

Pozor!

Při provádění popsaných manévru na střelnici je z hlediska bezpečnosti nutné, aby zbraň opouštěla pouzdro až ve fázi, kdy je střelec natočen k cílové ploše.

4.9 Střelba v různých pozicích

Pro úplnou technickou přípravu na sebeobrannou situaci nevystačíme pouze ze základním postojem. Dynamická změna poloh je jedním z neúčinnějších taktických prvků. Proto se v této kapitole budeme zabývat nácvikem dalších střeleckých pozic, jako jsou kleky, leh atd.

Zkušenosti z různých forem soutěží potvrzují, že nemálo střelců má při střelbě z jiných poloh než z té nejvíce exponované vstoje zpravidla horší výsledky a pokud to jde, tak se snaží změnit polohy vyhnout. Naší cestou naopak bude naučit se střídání poloh maximálně využívat.

4.9.1 Kleky

Pro účely obranné střelby má smysl trénovat pouze klek na jednom kolenu. Je pohotový jak co se týče zaujetí polohy, tak možnosti přemístění. Využívá se především za kryty střední velikosti a také pro zmenšení plochy zásahové zóny. Zúročíme ho i ve střelbě na delší vzdálenosti, kdy je více stabilní než základní postoj a může poskytnout oporu pro slabou ruku.

Klek přímý

Váhu přeneseme na silnou nohu, zároveň s rotací kotníku silné nohy překročíme slabou nohou zhruba do polohy „2 hodin“ pomyslného číselníku, tedy mírně křížem před silnou



Obrázek 44a

Zaujetí střelecké polohy v kleče je jedním z neúčinnějších způsobů snížení vlastní zásahové plochy – až o 40 %.

Obrázek 44b

Pro potřebnou stabilitu je nutné, aby místa doteku končetin střelce s podložkou tvořily téměř rovnostranný trojúhelník.

Obrázek 44c

Klek „mířený“ nebo tzv. vyčkávací. Opora lokte poskytuje vyšší možnost zásahu malého či příliš vzdáleného cíle. Pozor na správné provedení – loket se dotýká kolene začátkem úponu tricepsu.



nohu. Zároveň s tím provedeme první fázi tasení (pokud jsme začali se zbraní v pouzdře) a začneme druhou (obr. 44a). Pak se snižujeme až do dosednutí na patu silné nohy. Během toho dokončíme tasení, resp. „zapíchnutí“ (obr. 44b). Klek musí být v případě nutnosti rychlého přemístění jakýmsi „běžeckým blokem“. Nesmíme být proto v kontaktu se zemí nártem

zadní nohy. Pravidlem je opora o špičku nohy („bříško“ chodidla). V případě střelby na delší vzdálenost je někdy výhodou využít koleno slabé nohy jako oporu. Toho dosáhneme větším pokrčením slabé ruky v lokti a opřením v oblasti první třetiny tricepsu o koleno. Je třeba zamezit vzájemnému kontaktu tvrdých částí, jako je koleno a hrot lokte (*obr. 44c*). Neměli bychom se ale o tuto pozici pokoušet při střelbě na krátkou vzdálenost. Je to pomalejší a fixovaný loket znemožňuje delší přenesení nebo sledování pohyblivého cíle.

Klek stranový

Pod tímto názvem se skrývá varianta pro střelbu zpoza krytu. Většina váhy je na noze, na které klečíme, druhá noha směřuje stranou a slouží jako vahadlo. Prvním pohybem je úrok, kterým se dostáváme do blízkosti hrany krytu, zároveň snižujeme těžiště až do dokleknutí na patu. Druhá noha se během tohoto manévru nepřisunuje a vyrovnává výklon těla mimo kryt (*obr. 45*).



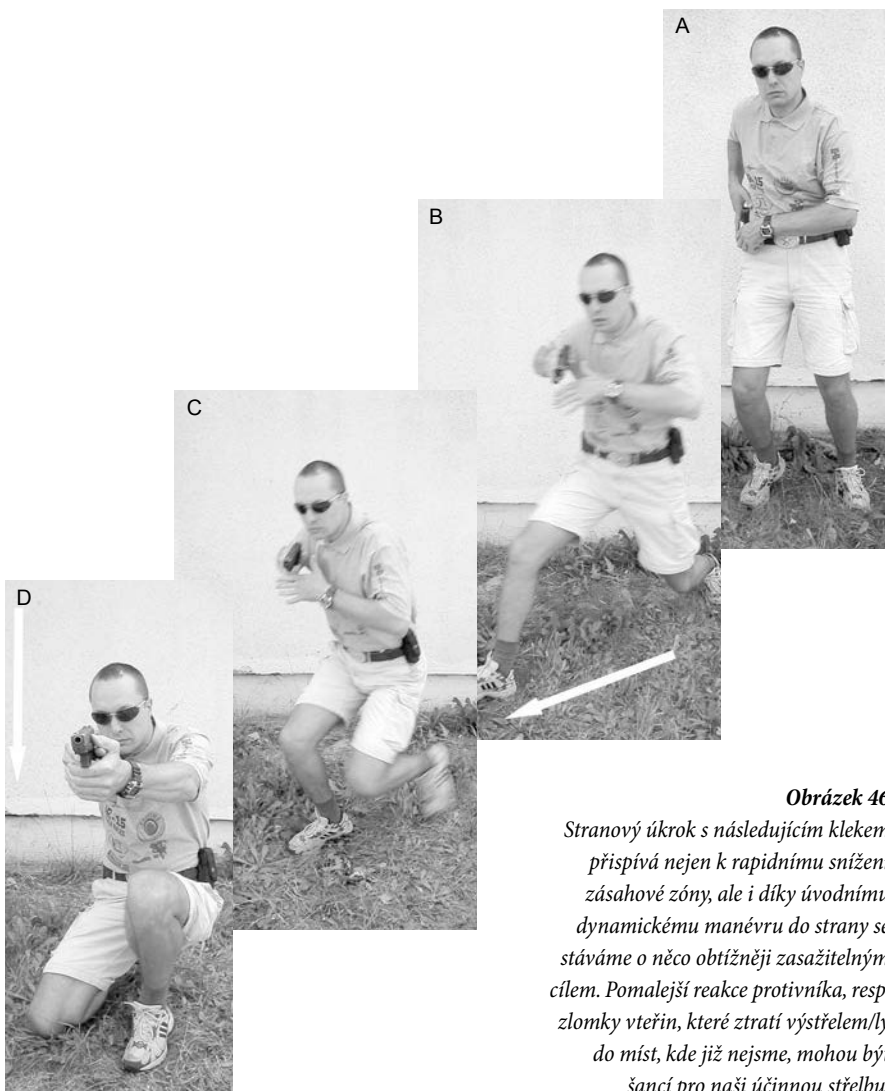
Obrázek 45

Stranový (tzv. taktický) klek umožňuje potřebný výklon s dostatečnou stabilitou. Dbejte na správnou polohu kolene, tedy za linií okraje krytu.

Klek s úrokem

Jedná se o jednu z nejuniverzálnějších a nejpoužívanějších technik v bojové střelbě. Slouží k získání času při nutnosti rychlého tasení zbraně, nuceného přebití a v průběhu odstraňování závad nebo jako alternativa reakce stranovým během v situacích, kdy není možné ihned zaujmout postavení za krytem. V průběhu provádění této techniky dochází současně se zaujímáním kleku (který snižuje plochu naší zásahové zóny) k výraznému stranovému posunu (který z nás do jisté míry dělá obtížněji zasažitelný, stranou se pohybující cíl) – doporučuje se kolem tří šířek lidské postavy.

1. Úrok do silné strany: Prvním pohybem je prudké vykročení silné nohy šikmo vpřed (cca 30°, tzn. do polohy 2 hodin na pomyslném číselníku), souběžně s tím ruce provádějí potřebné výše zmíněné činnosti (*obr. 46a*). Koleno zaklekně ve směru pohybu až za do-



Obrázek 46

Stranový úkrok s následujícím klekem přispívá nejen k rapidnímu snížení zásahové zóny, ale i díky úvodnímu dynamickému manévru do strany se stáváme o něco obtížněji zasažitelným cílem. Pomalejší reakce protivníka, resp. zlomky vteřin, které ztratí výstřelem/ly do míst, kde již nejsme, mohou být šancí pro naši účinnou střelbu.

šlap silné nohy (obr. 46b). Slabá noha zaujme dokrokem postavení vpředu se současným snížením těžiště do polohy v kleče (obr. 46c).

- 2.** Úkrok do slabé strany: V základním postoji přeneseme váhu na silnou nohu. Vykročíme slabou nohou dopředu a do strany. Jakmile dokročíme, přesuneme silnou nohu za slabou a dokončíme klek. Se snižováním začínáme už během přesunu.

Nejčastější chyby

1. Klek začíná nekoordinovaně (dříve či později) s činností rukou.
2. Úkrok je výrazně kolmo do strany, hrozí nebezpečí srážky s předmětem, který periferně jen obtížně vidíme (zvláště při psychickém stresu a tunelovém vidění).
3. Úkrok je učiněn přímo k soupeři, hrozí nežádoucí zkrácení vzdálenosti při těsnějším kontaktu a připravujeme se o výhodu manévru stranovým pohybem.

Poznámka

Při větším počtu nacvičujících osob na palebné čáře a těsnějších rozestupech mezi jednotlivými střelci je nutné z hlediska bezpečnosti zdůraznit, aby všichni po povelu ke střelbě vykonali jednotné úkrok na stejnou stranu. Tím lze preventivně předejít nejen případné srážce střelců na palebné linii, ale i zamezit kritické situaci, kdy se některá z osob opačným krokem dostane před ústí zbraně svého souseda.

4.9.2 Střelba vleže

Střelecká poloha vleže zpravidla umožňuje zaujetí toho nejmenšího profilu k protivníkovi, jakého jsme schopni. Na druhou stranu je velmi obtížné se z lehu rychle zvednout k případnému přesunu (omezené se lze do strany na krátkou vzdálenost přemístit pomocí tzv. převalů sudy). Někteří dokonce o lehu tvrdí, že je natolik konečnou pozicí, že se konflikt již v tomto postavení musí dobojovat.

Leh na břicho

Pokud se bavíme o lehu na břicho, je nutno se zmínit, že rozhodně nejde o techniku použitelnou na těsné vzdálenosti. Její smysluplné využití je možné až cca od 15 m, aby totiž nedošlo k paradoxní situaci, kdy ležíme u nohou protivníka, který hledí shora na celou naši siluetu. Leh na břicho je jedním z neúčinnějších prostředků v situaci, kdy nás střetnutí zastihne na otevřené rovné ploše bez jakékoliv možnosti krytí. Tato poloha z nás dělá ten nejmenší možný cíl (zvláště pokud máme nohy u sebe) a umožňuje i přesnou střelbu z opřených rukou (pozor však na rozličné varianty soutěžních bočních poloh).

Do bojové polohy vleže (existují samozřejmě i sportovní varianty dynamické střelby, které upřednostňují jiná kritéria pro leh než nácvik na konflikt) se dostaneme přes již popsané provedení kleku. Po zakleknutí na silné koleno se současným úchopem zbraně natáhneme slabou paží před sebe na zem (*obr. 47a*). Nyní mohou nastat dvě varianty:

- a) s dopředným pohybem vytrčíme ruku se zbraní a dolehne „skluzem“ vpřed na zem (slabá ruka mezitím plní úlohu ztlumení dopadu těla formou polovičního kliku),
- b) zároveň s oporou slabé ruky a snižováním těla k podložce zakopneme obě nohy směrem vzad, současně se ruka se zbraní vytrčí směrem vpřed k cíli (*obr. 47b*).

Nyní se v obou provedeních slabá ruka připojuje do obouručního úchopu spolu se současným narovnáním a spojením obou nohou (*obr. 47c*). Druhá varianta se využívá zejména v případě, že jsme již v určité vzdálenosti od krytu, kterou nejde nadále zkracovat. Při provádění v realu jde nejčastěji o individuální kombinaci obou variant.



Obrázek 47

Provedení zalehnutí – obvykle jde o kombinaci tasení zbraně se zaujmutím co nejmenšího profilu směrem k soupeři. Pozor proto na další z velmi častých chyb, kdy střelec má vztyčenou hlavu a zbraň drží pozvednutou do úrovně očí v pokrčených rukou. To nejen výrazně zvyšuje siluetu střelce, ale i přispívá k zhoršenému ovládnutí zbraně.

Pozor!

Při vykonávání této techniky obzvláště dodržujte potřebné bezpečnostní zásady. Zejména prst na spoušť přikládejte až ve chvíli, kdy jste na zemi a zbraň směřuje přímo k cíli. Dbejte především, aby se slabá ruka, kterou využíváme jako oporu, nedostala před ústí zbraně. K případnému přenášení střelby do stran si pomáháme navalením na opačný bok, než kde je cíl.

Nejčastější chyby

1. K vytažení zbraně dochází až vleže na zemi. To stojí nejenom potřebný čas, ale především v případě tasení zbraně na střelnici míříme na všechny své kolegy za palebnou čarou.
2. K zalehnutí dojde až po tasení zbraně. Tím nejenže ztrácíme drahocenné vteřiny, ale zbytečně se tak stáváme velkým cílem pro soupeře.

Poznámka

Pokud nejste zastánci nošení náboje v komoře, zbraň natahujte až při spojování úchopu na zemi. Natahování během přechodu do lehu bude stát více času, budete o něco déle vzpřímení čelit palbě protivníka a především během tohoto manévru můžete zvláště v počátcích snadněji ohrozit sami sebe.

Střelba vleže za krytem

V této poloze dosahujeme snad jedné z „nejkrytějších“ poloh vůbec. Takovou polohu zpravidla užíváme při použití zbraně na delší vzdálenost a především v situaci, kdy je krytem předmět natolik nízký (nebo atypicky tvarovaný), že neumožňuje provedení kleku. Pro střelbu vleže za krytem existují dvě základní varianty – ze silné a slabé strany, případně i zvláštní způsob střelby přes horní hranu krytu.

1. Varianta ze silné strany: Do této pozice se dostaneme obdobně jako u již popsaného zaujímání lehu na břicho, resp. jeho 2. varianty (zakopnutí nohou), ale s tím rozdílem, že se tělo má mírně stáčet směrem za překážku (*obr. 48*).
2. Varianta ze slabé strany: Z postavení, kdy stojíme za překážkou, zaklekne na zem spolu s vytažením zbraně. Současně se slabá ruka opře zboku o zem a tlumí dopad těla, které dosedá na slabý bok. Ruka se zbraní se „zapichuje“ směrem k cíli s následným přiložením druhé ruky do obouručního úchopu (*obr. 49*).

Poznámky

1. Při této technice je třeba dbát na potřebné přiklonění hlavy k silnému rameni souběžně s překážkou, tím snižujeme nežádoucí odkrytí hlavy.

Obrázek 48

Poloha vleže za krytem skýtá pro protivníka ten nejmenší možný cíl. Pozor na riziko rychlého přesunu soupeře do strany, kdy dojde k vašemu markantnímu odkrytí. Nutné přemístění bude pak z této polohy značně obtížné.



Obrázek 49

Míra „vypadnutí“ z krytu je věcí intenzivnějšího nácviku. Nedostatečné provedení nedává šanci k účelnému použití zbraně, opačná varianta pak znamená vaše odkrytí palbě soupeře. Uvědomte si, že jakékoliv opravování pozice během střelby je téměř nemožné.



2. Je třeba dát pozor, aby u obou variant nedošlo k výraznějšímu přesahu rukou a zbraně přes hranu krytu. To může nejen do jisté míry znemožnit manipulaci se zbraní, ale zejména omezuje možnost rychlého stažení se za kryt.

Leh na zádech

Tato poloha je z praktického hlediska poněkud problematická. Kolem jejího využití totiž panuje nemálo nepochopení a mystifikací, ke kterým přispěli i mnozí zahraniční experti. Představa, že v průběhu střelby protivníka z těsné vzdálenosti využijeme rychlý leh na záda jako překvapivý únikový manévř se současným tasením zbraně, je přinejmenším trochu naivní. Tato poloha se těm, kteří si ji neověřili v soupeřském systému, může jevit jako velmi pohodová, avšak opak by zřejmě byl tvrdou pravdou. Dalším problémem je, že úmyslné zaujetí takové polohy je v případě nedostatečně rychlé eliminace protivníka snad tou nejnevhodnější polohou pro pokračující střetnutí. Už v podmínkách pouhého střeleckého výcviku na střílnici

jde z hlediska bezpečnosti obvykle o velmi rizikový postup, natož pak ve stresu ozbrojeného střetnutí. Ve všech variantách této polohy jsou končetiny nebezpečně blízko ústí zbraně. Zkrátka tento způsob použití zbraně bychom nikdy neměli volit dobrovolně – existuje spousta jiných, účinnějších manévrů.

Co jsme dosud uvedli není důvodem, proč danou polohu necvičit vůbec. Naopak, zvláště při střetnutí na blízkou vzdálenost to může být s velkou pravděpodobností právě tato poloha, do které můžeme být protivníkem při zápase srazeni. Také při nevydařeném pokusu o ústup nebo chybném kroku mimo zorné pole může snadno dojít k neúmyslnému pádu na záda. Pokud jsme toho ještě schopni, můžeme pak zbraň použít i v této nouzové poloze. Další využití nachází technika zalehnutí na záda v boji na blízkou vzdálenost, při uchopení zbraně protivníkem (podrobněji se tomu budeme věnovat ve fázi III).

Uvedeme si „střelnícovou“ variantu zaujetí lehu na zádech. Ze základního postoje se začneme snižovat pokrčením kolen. Slabou nohu mírně předsuneme a zároveň s tím dosedneme na hýždě. Během tohoto pohybu provedeme první fázi tasení a druhou až po sklopení lokte, zbraň tak už bude směřovat k cíli. Nyní se začneme překlápět na záda a současně přidáváme druhou ruku k úchopu a „zapichujeme“ zbraň na cíl. Kolena zůstávají buď mírně pokrčená, nebo jsou naopak obě dvě nohy napjaté souběžně se zemí. Hlava a horní část hrudní páteře jsou mírně zdvižené (obr. 50).

Pozor!

Při nácviku této pozice musíte věnovat opravdu velkou pozornost tomu, abyste si v poslední fázi pohybu nemířili zbraní na jakoukoliv část nohou. Tento postup je třeba si důkladně nacvičit „nasucho“ a na střelnici jej zvláště v počátku provádět co nejpomaleji.



Obrázek 50

Tato kdysi velmi doporučovaná poloha se v moderním pojetí bojové střelby stává spíše zpestřením „akčních“ střeleckých tréninků. Její nácvik však může být přípravou na krizovou variantu střelby po nedobrovolném pádu vzad, kdy nebude čas na zaujmutí mnohem výhodnějšího postavení.

4.10 Přebíjení

Existují v podstatě dvě varianty přebíjení, rychlé (vynucené) a tzv. taktické. Obě mají v přípravě i v boji své místo, ale každá z nich je použitelná za velmi odlišných podmínek.

4.10.1 Rychlé (nucené) přebíjení

Starší statistiky FBI za dvacetileté období sledování uvádějí, že průměrný počet v boji vystřelených ran byl tři na obou stranách. V poslední době se však objevují varovné známky o rostoucích počtech výstřelů. Používáním stále dokonalejších zbraní s velkokapacitními zásobníky nyní střelci navykli velkému počtu nábojů a jemnějšímu spoušťovému ústrojí (oproti dříve častějším šestiranným revolverům s dvojčinnou – DA spouští) a tyto výhody se učí chápat a používat již při výcviku. Dokonce i indoktrinace akčními filmy přispívá k podvědomé tendenci „chrlít“ výstřely v sériích.

Nelze tedy se 100% jistotou vyloučit takovou eskalaci bojové situace, která si rychlé přebíjení vynutí. Otázkou ale je, kolik z těch, kteří jsou ochotni (nebo nuceni) nosit zbraň u sebe, má druhý, rezervní zásobník. Kapacita některých zbraní (např. Glock 17 s prodlouženou „patkou“ zásobníku pojme 20 nábojů) možná poskytuje argumenty těm, kteří nepovažují za nutné nosit u sebe druhý zásobník. Chceme ale připomenout, že v několika střeleckých střetnutích, která se v posledních 10 letech odehrála v České republice, bylo nucené přebíjení použito. Ovšem popularita rychlého přebíjení a důraz na jeho nácvik plynou hlavně ze sportu IPSC, kde je v dlouhých situacích s mnoha terči občas zapotřebí i dvou rychlých výměn zásobníku. Postup, který uvedeme, se v některých detailech od sportovního provedení v IPSC liší. Naším cílem je nacvičit takový způsob, který bude fungovat co nejspolehlivěji bez ohledu na typ zbraně (ne vždy musíme mít k dispozici svou zbraň, od které víme, co čekat, apod.) a u kterého budeme moci zachovat co možná největší míru pozornosti okolnímu dění.

Postup při rychlém (nuceném) přebíjení

1. V základním postoji s obouručním úchopem zbraně máme zaměřeno na cíl. Vystřelíme poslední náboj a závěr zůstane vzadu (časem zjistíte, že se změní i těžiště zbraně, takže se o vystřelení posledního náboje dozvíte i bez vizuální kontroly, ovšem v některých systémech se doporučuje striktní kontrola zbraně pohledem). To se musí stát signálem, který okamžitě spustí kaskádu svižných úkonů k obnovení palebné kapacity (*obr. 51a*).
2. Okamžitě pouštíme slabou rukou zbraň. Zároveň s tím dáváme prst ze spouště. Palcem silné ruky tiskneme záchyt zásobníku a prázdný zásobník necháme vyklouznout ze šachty a spadnout na zem (*obr. 51b*; u některých zbraní, kde nevypadává hladce, je možné mu pomoci „brnknutím“ prsty slabé ruky). Slabá ruka pak směřuje k pouzdru pro plný zásobník. Při tom snížíme zbraň pod úroveň očí a mírně naklopíme.



Obrázek 51 a, b

Bezproblémové a rychlé provedení nuceného přebití – doplnění kapacity zbraně v průběhu střetnutí – není jen otázkou získání dovednosti, ale i návyku standardního umístění rezervního zásobníku a jeho vždy stejné polohy v pouzdře. Nejčastější variantou je poloha, kdy střely nábojů směřují vpřed.

3. Naklopením zbraně jsme dosáhli toho, že zásobníková šachta je přímo v cestě slabé ruce vracějící se s plným zásobníkem. Plný zásobník bychom měli držet tak, aby ukazovák byl položen podél přední strany zásobníku a jeho dno bylo opřeno o dlaň (obr. 51c). Je třeba stále pohledem sledovat situaci (s možností rychlého „mrknutí“ na zbraň v případě jakékoli kolize). Polohou ukazováku využíváme principu „ukázání“ a snáze navedeme zásobník přímo do šachty (první se má zbraň dotknout prst a teprve potom zásobník; obr. 51d).
4. Po důrazném doražení zásobníku (obr. 51e) dochází ke spojení rukou (tzv. motýl). Nyní se „křídla motýla“ zavřou a palec slabé ruky během tohoto pohybu stlačí záchyt závěru (obr. 51f). Tato operace probíhá celá za pohybu vpřed a uvolněný závěr by měl spadnout se „zapíchnutím“ zbraně na cíl (obr. 51g). Dobře zvládnuté rychlé přebití nemusí trvat více jak dvě vteřiny a v pokročilejším nácviku by je každý měl zvládat plně automaticky i poslepu.



Obrázek 51 c, d, e



Obrázek 51 f, g

Nejčastější chyby

1. Kontakt se záchytem závěru palcem silné ruky během střelby. Závěr pak nemusí zůstat vzadu a my se tak připravíme o důležitý signál dostřelení zásobníku, tedy o signál, že jsme momentálně vlastně bezbranní.
2. Pozdní nebo nedostatečné vyhození starého zásobníku, takže slabá ruka se pak musí zarazit v pohybu s plným zásobníkem.
3. Slabá ruka okamžitě nejde pro nový zásobník, zbytečně čeká před tělem.
4. Zbraň se sklopí už před vypouštěním zásobníku, takže prázdný zásobník nemusí hladce vypadnout.
5. Zbraň se příliš snižuje a pohled směřuje pouze na přebití.
6. Plný zásobník je chybně držen (nejčastěji za patku), takže se obtížně navádí do šachty a snadno se zasekne o její ústí. Tak už se mnohokrát stalo, že si spěchající střelec vyrazil zásobník z ruky.

7. Zásobník nebyl plně doražen. Jakmile se zbraň uvede do střelecké polohy, zásobník vlastní vahou vypadne nebo není po shození závěru podán náboj do komory.
8. Nepodaří se (nebo opomene se) „zapíchnutím“ automaticky sklopit záchyt závěru. Nastává zdržování případné střelby, bezúčelné mačkaní spoušti a zmatek.

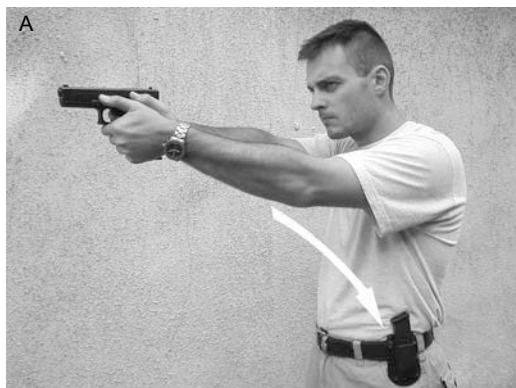
4.10.2 Taktické přebití

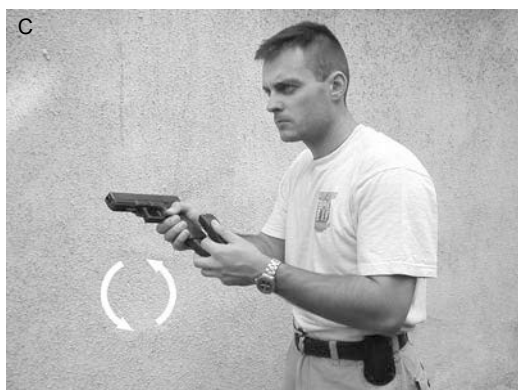
Je to varianta přebití, kdy zásobník vyměňujeme ještě před jeho úplným vyprázdněním. V reálné situaci to může vypadat např. tak, že proběhla konfrontace, vystřelili jsme několik ran, jsme v krytu. Nevíme, co je s protivníkem (protivníky), je ticho, nic se neděje, ale nevíme, zda je situace u konce, a mít plnou palebnou kapacitu se může hodit. Částečně vystřílený zásobník ze zbraně nevyhazujeme na zem, ale ponecháme si ho jako zálohu. Plným zásobníkem obnovíme maximální palebnou kapacitu. Je to tedy oproti rychlému přebití časově náročnější varianta, která se provádí zpravidla v situaci, kdy jsme kryti a nehrozí žádné akutní riziko. I při taktickém přebití, během kterého je náboj v komoře, je výhodné slabou rukou automaticky vždy stlačit záchyt závěru při přidání slabé ruky k úchopu. Ačkoliv se to zde jeví jako zbytečné, střelec si tak vytváří cenný návyk, kterým se zajišťuje pro všechny případy jakéhokoli přebíjení pod silným stresem.

Postup při taktickém přebití

1. Máme zaměřeno na cíli, zásobník ve zbrani není plně vystřílen, náboj je v komoře. Rozhodneme se mít opět plnou kapacitu (obr. 52a).
2. Ukazovák silné ruky dáme mimo spoušť. Slabou rukou sáhneme pro plný zásobník (obr. 52b) a neseme ho ke zbrani. Zbraň sklopíme směrem ke slabé ruce se zásobníkem.

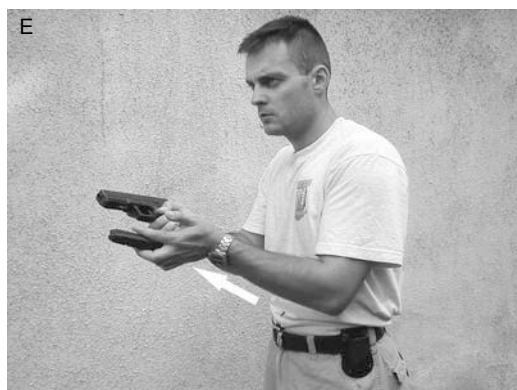
Obrázek 52 a
Jakékoliv delší přerušení střeleckého střetnutí je signálem pro provedení taktické výměny zásobníku, tj. obnovení plného potenciálu zbraně. To v realu možná zabrání situaci, kdy byste v další chvíli hleděli na soupeře s prázdnou zbraní.





Obrázek 52 b, c

3. Nastává nejkritičtější fáze celého přebití – výměna zásobníku. Po celou dobu této operace míříme do cílové oblasti a „jistíme“ se nábojem v komoře (při překvapivé změně situace jsme tak schopni nouzově reagovat jedním výstřelem; *obr. 52c*). Plný zásobník zpočátku držíme stejným způsobem jako při rychlém přebití. Pak ukazovákem sjedeme směrem k prostředníku, čímž se stane to, že zásobník držíme mezi palcem a vnější hranou ukazováku, patku máme opřenou o dlaň. Tím jsme si udělali místo pro uchopení zásobníku ze zbraně, který teď vypustíme. Zásobník během vypouštění uchopíme mezi ukazovák a prostředník (*obr. 52d*). Pak nastavíme šachtu a zasuneme plný zásobník a dorazíme jej dlaní (*obr. 52e*).
4. Vypuštěný zásobník uložíme do pouzdra. Silná ruka se během této doby již dostává do střelecké pozice (*obr. 52f*). Při připojení slabé ruky k úchopu automaticky stlačíme záchyť závěru (ačkoliv se to zde jeví zbytečné, vytváříme si tak cenný návyk, kterým se zajišťujeme pro všechny případy přebití pod velkým tlakem). Čas, kdy máme ve zbrani pouze jeden náboj, by měl být co nejkratší vzhledem k výraznému omezení bojových možností.



Obrázek 52 d, e, f

Nejčastější chyby

1. První se do slabé ruky vypustí zásobník ze zbraně a pak teprve ruka pokračuje pro plný zásobník (prodlužuje se „zranitelná“ doba, kdy máme pouze jeden náboj v komoře).
2. Vlivem složitější manipulace se zásobníky v jedné ruce nedojde k dostatečnému doražení plného zásobníku do zbraně.
3. Pohled směřuje výhradně na přebítí.
4. Při obnovení obouručního úchopu není stlačen záchyť závěru.

4.10.3 Přebíjení v atypických polohách

Po zvládnutí přebítí vestoje bychom se měli učit přebíjet i v jiných střeleckých polohách. Přebítí v kleku obvykle nečiní problémy, horší to už je s přebítím vleže. Máme výrazně omezenou hybnost obou rukou a posunující se výstroj na opasku (zvláště po několikanásobném převalení) může být špatně dostupná. Také při nedostatečně fixovaném nebo málo pevném pouzdře na zásobník můžeme najednou zjistit nepříjemnou pravdu: plný a nyní velmi potřebný zásobník jalově leží několik metrů od nás. Tréninkové experimentování s různými změnami polohy v kombinaci s přebítím je jedinou cestou jak zjistit, co by se mohlo, ale nemělo stát v boji.



Některé mýty o přebítí

- ☒ *V boji musíme počítat vystřelené rány, přebijeme až s posledním nábojem v komoře, odpadne tak shazování závěru a tím ušetříme čas.*
- ☒ Četné zkušenosti těch, kteří přežili ozbrojený konflikt, vypovídají o tom, že ve stresu v boji těžko dokážeme počítat vystřelené rány (náboje nejsou schopni v naprosté většině počítat ani špičkoví závodníci „akčních“ disciplín). Takže při delší přestřelce prostě najednou zjistíme, že jen neúčelně mačkáme spoušť, závěr zbraně nám zůstal vzadu a jsme nuceni rychle přebít.
- ☒ *Při taktickém přebítí se starý zásobník ukládá do kapsy. Do pouzdra patří jen plný zásobník.*
- ☒ Pokud nastane situace, že opravdu budete pokračovat ve střelbě a vznikla by potřeba rychle přebít, skutečně si myslíte, že byste sáhli do kapsy? Nebo že by, jak by bylo správné, naskočil dril rychlého přebítí, kde slabá ruka jde k pouzdru pro zásobník? Kromě toho, zkuste si z kapsy kalhot rychle vytáhnout zásobník...

4.11 Střelba z krytu

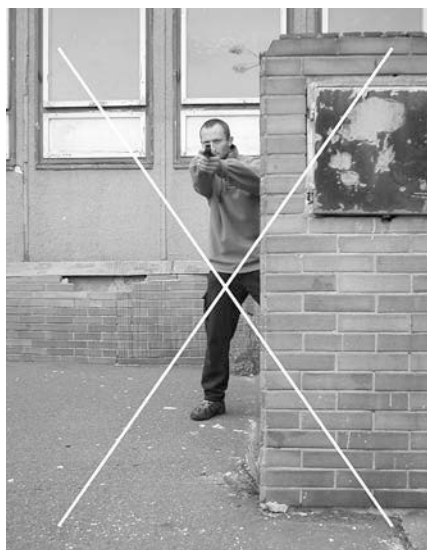
Hned v úvodu je třeba si uvědomit rozdíl mezi termíny skrytý a krytý. Kryt je překážkou, která je schopna zastavit projektily ze zbraně útočníka, zatímco skrytý znamená totéž co schovaný. Rychlé dosažení krytu je jedním ze základních způsobů zvýšení šance na přežití ve střelecké konfrontaci. Střelbou z krytu pak můžeme pokračovat v řešení situace až do konečné neutralizace či případného ústupu útočníka (obr. 53). Vědět, že je správné být krytý, ještě ovšem neznamená být toho schopen a provést tento úkon bez chyb. Nejenže je třeba zhruba znát odolnost materiálů, za jakými se kryjeme, ale jsou tu i další zásady, které je dobré respektovat, abychom své šance pokud možno ve zdraví přežít zajistili a udrželi. Rozbor vhodných krytů stejně jako taktická doporučení pro co nejvýhodnější využití krytu patří do náplně fáze III, takže se mu budeme věnovat později. Už zde ale chceme zdůraznit, že i malý kryt, který zcela nekryje, nebo předmět omezeně odolný je lepší než žádná překážka palbě protivníka. V následujících odstavcích si věc probereme po stránce základní střelecké techniky.

Díky dopadajícím projektilům na kryt může odletovat značné množství různých úlomků a samozřejmě hrozí odražené střely. Nenechme se zmást akčními filmy, kde je i za neúpor-



Obrázek 53

V ideálním případě má být ze střelce za krytem vidět opravdu jen to nezbytné – ruce se zbraní a část obličeje.



Obrázek 54

Častá chyba. Střelec není v krytu, ale vedle něj. Pak se může, jako v tomto případě, lehce stát, že máme krytou jen nohu.

nější přestřelky vzduch jako křišťál. Z toho vyplývá první doporučení pro zaujímání krytu. Pokud je to v dané situaci možné, nebudme od krytu blíže než 1–1,5 m. To má kromě ochrany před úlomky a odraženými projektily další funkce. Pokud by nás chtěl protivník v krytu překvapit, uvidíme ho dříve, než kdybychom byli těsně za překážkou, máme tak více času na optimální reakci. Větší distance od krytu také zaručuje dostatečný prostor pro potřebnou manipulaci se zbraní, tzn. přebíjení, odstranění eventuelních závad apod. V neposlední řadě tím předcházíme riziku, že zbraň mimoděk vystrčíme před kryt nebo že ji opřeme o hranu krytu, což by mohlo skončit poškozením zbraně nebo při překvapivém přiblížení útočníka také jeho pokusem nás o zbraň připravit.

Ve většině případů se střelec kryje spíše méně než více. Pokud zaujmeme kryt a necháme se někým zkontrolovat, možná s překvapením zjistíme, že některé části těla necháváme zbytečně odkryté. Někteří stojí dokonce spíše vedle krytu než za krytem (*obr. 54*). Tato tendence se ještě zvýrazní při střelbě, kdy lidé mívají spíše snahu o pohodlnost nebo o co nejlepší rozhled, a to i když nemají návyky z IPSC, kde kryt už je jen soutěžní překážkou pro střelce a ztížením sportovní úlohy.

Při vyhlédnutí a střelbě z krytu je jedním ze základních pravidel to, aby z nás bylo vidět jen to, co je opravdu nutné pro přehled a zamíření. Například nutná polovina obličeje a část rukou držící zbraň. To znamená poskytovat protivníkovi tak malý cíl, jak jen to bude možné. Nejde však jen o to. Neopatrným vystrkováním nějaké části těla můžeme také signalizovat, v jaké úrovni krytu nejsíme v zápětí vyhlédneme.

4.11.1 Základní rozdělení krytů

Pro účely nácviku si kryty můžeme rozdělit podle výšky na vysoký, střední a nízký. Vysoký kryt poskytuje ochranu i vestoje, střední v kleku a nízký v lehu.

Vysoký kryt

Ve vysokém krytu můžeme zaujmout kteroukoliv pozici, stoj, klek nebo leh, podle situace. Podstatné je to, aby pozice byla natolik stabilní, že nám umožní bezpečné vyklonění bez ztráty rovnováhy. Musíme ale počítat s tím, že při střeleckém střetnutí sebou můžeme neočekávaně trhnout, např. úlekem po zásahu úlomkem krytu apod. Proto je třeba se naučit zaujímat skutečně stabilní pozici, nejlépe rovnoběžně s překážkou. Při střelbě vestoje se snažíme stát v širším postoji, než je postoj základní. Střelba z krytu ze strany silné ruky obvykle nečiní takový problém, postačí velmi mírné vyklonění – přenesení váhy, abychom viděli situaci a mohli střílet (*obr. 55*).

Problém nastává při střelbě ze strany ruky slabé. Tady by ke komfortnímu zamíření bylo třeba mnohem většího náklonu. Někteří v této situaci prosazují střílet slabou rukou. Toho se ale pokud možno vyvarujte! Nevzdávejte se zbytečně přesnosti silné ruky a výhod zažitého držení. I s obvyklým obouručním držením lidé ve stresu skutečné střelecké konfrontace asi $\frac{2}{3}$ ran netrefují. Zkuste si pak představit, co v takové situaci asi zasáhnete nestandardním

úchopem ve slabé ruce. Za vhodnější postup se proto považuje naklopení zbraně a trupu (obr. 56a). Poskytujeme sice o něco málo větší siluetu pro zásah, ale vynahradíme si to možností rychlejší střelby při dostatečné kontrole zbraně (obr. 56b).

Obrázek 55

Předpokladem pro optimální výklon při použití zbraně z krytu je širší postoj, který umožní dobrou kontrolu přenesení váhy. Svou stabilitou tak zabrání vypadnutí střelce do „zóny smrti“.

Pozor na správnou polohu vnější nohy, překročení pomyslné linie znamená zpravidla odkrytí nejen samotné dolní končetiny, ale i kritické odhalení trupu.



Obrázek 56

Slabá – „nešikovnější“ strana bude znamenat nejen o něco větší odkrytí, ale i poněkud nepohodlné „zkroucení“ (a). Proto se snažíme při případném střetnutí, pokud to situace dovolí, takticky volit střelbu ze své silné strany. To však neznamená úlevu pro trénink. Zvláště při využití krytu ze slabé strany je nanejvýš důležité dodržet sklon hlavy, kdy je osa přibližně srovnána s hranou krytu (b). V opačném případě dojde k enormnímu odkrytí té nezranitelnější části těla.

Střední kryt

Umožňuje krytí v kleku a v lehu (*obr. 57*). Tento kryt je zrádný svou velikostí. Zpočátku se můžeme soustředit na krytí, ale postupně můžeme přenést pozornost jinam, povolit pozici a rázem ukázat nekrytou část těla. Pokud to situace dovolí, vybereme střelbu ne přes horní hranu, ale raději z boku. Pokud už musíme střílet přes horní hranu, měli bychom si uvědomit, že není třeba, abychom nad překážkou měli větší část obličeje než po oči. Jen ty potřebujeme k zamíření. Někdo



Obrázek 57

Už ve fázi II může být součástí přípravy uvědomování si užitelnosti okolních předmětů jako krytů. Nejen míra odolnosti, ale i četnost, velikost a tvar poskytují vodítka pro nácvik skutečně funkčních střeleckých poloh pro reálné střetnutí.



Obrázek 58

Střelba přes horní hranu krytu není takticky rozhodně nejvýhodnější volbou. Jestliže si situace takovou techniku přece jen vynutí, je otázkou, zda dát přednost většímu krytí (technika na fotografiích) za cenu omezení zorného pole a přehledu o celkové situaci.

doporučuje vyhlédnout přes horní hranu se zakloněnou hlavou. Je to však velmi nepříjemná technika a vzhledem k nestandardnímu záklonu hlavy dochází k narušenému vnímání prostoru. Jinou variantou je způsob, kdy se v kleku ohneme takovým způsobem (*obr. 58a*), že budeme horizontálně odhalovat pouze nezbytné ruce se zbraní a polovinu obličeje (*obr. 58b*). Jde o velmi pokroucenou a nepohodlnou polohu, ale nebudeme v ní dlouho a dobré krytí může rozhodovat.

Nízký kryt

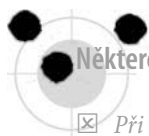
Skýtá ochranu pouze v lehu. Je to sice málo, ale zase lepší než nic. Pokud to kryt umožní, je vhodné ležet tak, aby nohy směřovaly do oblasti za krytem.

4.11.2 Nácvik zaujmutí a využití krytu

Jednou z nejdostupnějších pomůcek pro nezbytný „suchý“ nácvik správné polohy za krytem je jakékoliv větší zrcadlo. Výklonem z určité vzdálenosti přes hranu můžeme snadno ověřovat zdařilost provedení techniky. Vidíme totiž přesně to, co z nás zhruba bude vidět i protivník. Tím se nejlépe odstraňují prvotní chyby jako špatná poloha nohou, rukou a chybný sklon hlavy.

Na střelnici můžeme vhodný kryt vytvořit z jakékoliv postavené desky nebo sudu, komínu z pneumatik apod. Pro začátek se osvědčuje vymezit hraniční polohu nohou při stoji nebo kleku v krytu kusy dřevěné, tenké (aby neohrožilo zakopnutí) latě. Vyzkoušejte také, jak dalece vás zpomaluje tasení během přesunu do krytu. Zjistíte, že se více vyplatí co nejrychlejší přesun s tasením až v poloze za krytem. Dále je dobré cvičit přemístění za kryt se zaujímáním různých střeleckých poloh.

Dalším prvkem nácviku jsou výklony z pravé i levé strany krytu s namířenou zbraní. Ve vysokém krytu se musíme naučit výškově měnit pozice, střídat zejména klek a stoj, ale vždy tak, abychom byli během změny pozice krytí. Tedy ne při vyklonění z krytu. Výškové střídání poloh je jedním ze základních taktických prvků střelby z krytu. Například 1. varianta: stoj – vyklonění a dva výstřely, stažení se – stranový klek – vyklonění a dva výstřely. 2. varianta: stoj – vyhlédnutí – rychlé stažení – stranový klek – vyklonění a dva výstřely. 3. varianta: stoj – vyhlédnutí – rychlé stažení – leh na bok s vykloněním a dva výstřely atd. Dále střídáme střelbu z obou stran krytu, kdy ze slabé strany střelíme ze stoje, ale po rychlé změně pozice vystřelíme ze silné strany ze stranového kleku. Projdeme si cvičení na přebíjení v krytu, jako je např. střelba do vyprázdnění zásobníku – stažení se – přebíjení se změnou polohy do kleku – výklon se střelbou. Je dobré zkombinovat cvičení na odstraňování závad se střelbou v krytu. Zejména zde hrozí riziko chyby. To, že máme závalu, zjistíme nejčastěji při střelbě, a to znamená ve fázi vyklonění z krytu. Hrozí tudíž „zapomenutí se“ v závadě a snaha ji odstranit ihned ve výklonu. Totéž se týká přebíjení. Nejobektivnějším ukazatelem zvládnutí krytí jsou až soupeřské systémy – viz fáze III.



Některé mýty o střelbě z krytu

- ☒ *Při střelbě ze slabé strany krytu je vhodné nejen střilet výhradně slabou rukou, ale také zavřít oko na silné straně. To nám pomůže neukazovat z obličeje více než jen nezbytnou část.*
- ☑ *Neuvěřitelné, ale skutečně kdesi v zahraničí vyučované. Jestliže už jsme rezignovali na solidní ovládání zbraně v obouručním úchopu, tak zavření našeho většinou dominantního oka z nás učiní prakticky invalidu. Zbytek zřejmě dokoná soupeř.*

4.12 Střelba na překrytý cíl

Další z technik obranné střelby je použití zbraně proti částečně zacloněnému cíli. Tím myslíme situaci, kdy je protivník ve svém postavení částečně překryt nějakou překážkou. Tou může být jak věc neposkytující žádnou ochranu před účinkem zbraně, tak se může naopak jednat o solidní a dostatečný kryt. První varianta, kdy je soupeř částečně skrytý (tedy ne krytý), je střelba spíše otázkou psychického rázu a návyku. Každému je v poklidu sice jasné, že některé okolní předměty nejsou pro průbojný účinek používaných střel prázdnou překážkou, pod tlakem stresu však mnozí reagují nesmyslně. Někdy stačí, je-li cíl částečně zakryt vysokou trávou nebo keři, a mnozí váhají s použitím zbraně a zbytečně se přemisťují do pozice, odkud je terč vidět celý. Jiní se zase snaží vést střelbu pouze na viditelnou oblast, i když se za nepodstatnou překážkou velmi patrně nabízí celá silueta. Výhodou je budování návyků pomocí cílených cvičení, kdy je terč částečně skryt za dřevěnou překážkou, neprůhledným igelitem, látkou, starou maskovací sítí apod. Velkým přínosem jsou cvičení, která ale nelze vždy realizovat pro náročnost na specifický prostor střelby. Terče jsou pak rozmísťovány po vhodném lese nebo v hustší vegetaci (nejvýhodnější jsou dostupné střelnice ve vojenských prostorech). Takový výcvik nejen že je velmi atraktivní pro účastníky, ale vznikají při něm žádoucí návyky a padají některé z popsaných bariér.

Jiným případem je střelba na protivníka vyčnívajícího z krytu. U statického cíle, jehož velká část je účinně chráněná neprůstřelnou překážkou (tj. vhodnou částí vozidla, rohem stěny, zídka apod.), je nutné dodržovat několik nezbytných zásad. Snažíme se vést střelbu tak, aby záměrný bod ležel zhruba ve střední ose toho, co ze soupeře právě vidíme (obr. 59). Dále se nesmíme nechat zlákat středovou zónou cíle, ležící obvykle na úrovni hrany krytu. Tam rapidně klesá pravděpodobnost rychlého zásahu (je rozhodně lepší střelit pouhé rameno soupeře, než mířit k jeho středu a bezúčelně zasáhnout roh zdi). A v neposlední řadě, nespolehejme se, zvláště u zděného krytu, že střela zasáhne protivníka „skrz“ hranu. Projektil nejspíše jen sklouzne, i když úlomky a prach ze zásahu rozhodně nebudou pro soupeře ničím příjemným. Návyk střelby na střed viditelné plochy je proto třeba cíleně trénovat a některý z terčů si čas od času překrývat pomyslným krytem (třeba i papírem, kartonem apod.).

Další možností je situace, kdy máme vést palbu na cíl střídavě mizející a objevující se za krytem. To znamená, když se v určitých intervalech střelejší protivník vyklání z krytu. Zde využíváme dále popsany „vyčkávací“ systém střelby (viz kap. *Střelba na pohyblivý cíl*). Dobré načasování (s mírným optimálním předsazením) je často nevyhnutelné. To je však závislé na vzdálenosti terče a rychlosti pohybu výklonů. Cit pro tyto faktory lze získat pouze intenzivní střeleckou praxí.

Dobrym prostředkem, vhodně imitujícím výklony protivníka z krytu, jsou tzv. kývačky. Jde o terčová zařízení, která se po impulsu pohybují ve středovém čepu na obě strany. Díky krátkému a výrazně obloukovitému pohybu se opakovaně na krátký čas objevují před krytem. Případně je také možné nouzově použít houpající se terč, zavěšený shora. Problémem u takových terčů se stává samotná simulace krytu. Řešení nějakým „zakrytím čímkoliv“ není v tomto případě vhodné. Nevíme totiž (např. při použití kartonu), jestli inkriminovaný zásah nenastal, byl-li cíl zrovna za krytem. Možnou clonou před „kývačku“ pak bývá silná kovová deska, umístěná tam, kde se objevuje kývající terč (pozor na příp. odrazy – vzdálenost, brýle) nebo několik zapřených kovových terčů – tzv. popperů (u nízkého druhu „kývaček“). Nejčastěji se ale využívají pneumatiky, poskládané do komínu. Ty jsou dobře dostupné a značně se snižuje riziko odrazů (můžeme pak nacvičovat i z menších vzdáleností). Přitom pro tento účel veskrze působí jako skutečný kryt – i tečné zásahy na oblast hrany obvykle mění směr a nekončí v ploše terče.

Variantou ať již statického, nebo pohyblivého cíle může být protivník překrytý (či schovávaný se) za tzv. nezúčastněnou osobu. Tato trochu divoká představa použití zbraně (ale kdoví proč tak oblíbená) se obvykle nazývá „terč s rukojmím“. My zřejmě nebudeme běžně likvidovat zavlého teroristu, držícího nevinnou oběť, ale v reálném případě se nemusíme vždy vyhnout použití zbraně i v „zalidněném“ prostoru. Není třeba říkat, že by rozhodně nebylo o co stát, a z hlediska maximální rizikovosti je nutné se takové nešťastné střelby pokud možno vyvarovat. Ovšem čas a místo boje si v mnoha případech budeme sotva moci určit. Zvolí si je

Obrázek 59

Nácvik střelby na částečně překrytý cíl. Linie zamíření prochází středem viditelné části cíle. Častou chybou je podvědomá tendence o zásah středu pomyslné siluety cíle, který ovšem může ležet právě na hraně toho, co rozhodně strefit nechceme.



útočník. Proto i podobné nestandardní situace je občas nutné zahrnout do přípravy. Pro výcvik takové střelby se nejčastěji užívají obdobné metody jako v předchozích technikách. Musíme mít na vědomí, že jde o nácvik „chirurgického řezu“, tedy ne bezhlavé palby bez rozmyslu a jakéhokoliv ohledu na chudáka stojícího mezi námi. Jakýkoliv zásah terče představujícího „kolemjdoucího“ proto znamená konec střelby s nedostatečným výsledkem. To se ale i při nácviku pod tlakem díky zaujetí terčem a projevujícím se známkám tunelového vidění bohužel snadno stává.

4.13 Pohyb se zbraní a střelba za pohybu

Pohyb je nedílnou součástí obranné střelby, zahrnuje nejen jednoduché úkroky, ale zejména chůzi a běh. Jestliže se pohybujeme, stáváme se o mnoho těžším terčem. Rychlým během se tedy můžeme přesunovat do takticky výhodnějšího postavení nebo od krytu ke krytu. Jindy zas může být zapotřebí opatrnými posuny propátrat rizikový prostor. Dobře zvládnutá chůze ve spojení se střelbou je také důležitou součástí nácviku pohybu v místnostech. Použití zbraně za pohybu pak může být samo o sobě nouzovou variantou vlastního krytí. Mezi hlavní témata této kapitoly patří:

- ⊙ přesun se zbraní,
- ⊙ střelba ze zastávek,
- ⊙ střelba za pohybu.

4.13.1 Přesun se zbraní

Jednou z prvních zásad, která se týká prakticky jakéhokoliv typu takového pohybu, je pozice ukazováku silné ruky podél zbraně. Ani zde nepřestává platit univerzální poučka, že pokud zrovna nechceme střílet, nemáme mít prst na spoušti. Dalším obecnějším pravidlem je to, aby (kromě sprintu) hlaveň zbraně vždy směřovala do místa hrozby (a při výcviku striktně do prostoru stříliště). Udržíme si tím schopnost rychlé reakce v případě náhlé změny situace. Říká se tomu pravidlo „tří očí“. Obě oči mají být zaměřeny do místa hrozby, „třetím okem“ pak je ústí zbraně. To vše má dokonale fungovat jako jeden celek – kam pohled, tam zbraň. A poslední všeobecná zásada – snažíme se pohybovat jen tam, kam vidíme.

Častou otázkou je, zda máme při přesunu stále zachovávat obouruční úchop nebo zbraň slabou rukou pouštět. Odpověď vychází z pochopení významu rychlosti přesunu. Každému je určitě zřejmé, že pohybující se cíl je tím obtížněji zasažitelný, čím rychleji se pohybuje. Fixace obou rukou na zbrani střelce znatelně zpomalí, ať má seberechlejší nohy. Stojí-li tedy šance dotyčného na přežití na dynamice přesunu, je dobré držet zbraň pouze v silné ruce a slabou ruku využít pro zrychlení běhu.

Také další hlavní vlastnosti pohybu v obranné střelbě vyplývají především z jeho účelu. Uvedme si dva nejodlišnější způsoby.

Sprint

Jedná se o přesun, kdy naše šance závisí na rychlosti. Sprint musí být maximálně rychlý. Před startem přejdeme na již zmíněný jednoruční úchop zbraně (obr. 60). Nesnažíme se během přesunu střílet, to by nás v každém případě zdrželo. Zde sázíme na ztížení možnosti rychlé a přesné reakce protivníka.

Obrázek 60

Přemístění mezi částmi disciplín v závodech IPSC je vhodným příkladem zvládnutí nejrychlejší varianty pohybu se zbraní. Přes svoji dynamiku není provedení na úkor potřebné bezpečnosti. Zbraň stále směřuje k cílům, ukazovák je mimo spoušť.



Suvný krok – chůze posunem

Uplatňuje se v situacích, kdy záleží spíše na opatrnosti než na rychlosti. To může nastat např. při ostražitém pohybu v domě nebo na ulici, kdy se obvykle s namířenou zbraní budeme nuceni přibližovat k místu patrné hrozby. Tímto druhem kroku lze zachovat mnohem stabilnější mířidla na cíli než při chůzi s překrokem. Krátké posuny také umožňují pohotové zastavení s okamžitým zaujetím stabilní střelecké pozice. Pohyb zahájíme půlkrokem přední nohou, pak provedeme půlkrok zadní nohou atd. (krok–sun–krok). Nohy nezdviháme vysoko nad podlahu, spíše je posunujeme těsně nad podlahou.

4.13.2 Střelba ze zastávek

Při střelbě ze zastávek jde o rychlé a přitom precizní zaujetí vhodné stabilní palebné pozice z probíhajícího pohybu. To znamená co nejoptimálnější přechod z dopředného a stranového (příp. i jiných variant) přesunu do polohy, z které jsme schopni dostatečně přesného zásahu a optimálního ovládnutí zbraně. Zkráceně – pohyb, zastavení, střelba a zase další pohyb. Pro naše potřeby přicházejí v úvahu dvě varianty, odlišující se polohou a připraveností zbraně:

- ⊙ zbraň v pouzdře – v průběhu zastavení pohybu nutno provést tasení,
- ⊙ zbraň v pohotovostní pozici – „zapíchnutí“ během dokončení pohybu nohou (dokroku do postoje).

Obecné zásady

1. Ruce musí „zapichovat“ zbraň na cíl těsně před dokončením pozice („nabodávají“ jej s posledními známkami pohybu).
2. Se zastavením (došlapem) by měla zbraň už směřovat v napjatých rukou na cíl (v případě nutnosti současně se zaujetím postavení zazní i první výstřel).
3. V nehybném postavení (nutným pro dostatečnou přesnost zásahu) se zdržujeme jen po dobu nezbytně nutnou (nesmíme ale zapomenout na letmou kontrolu výsledku střelby!).
4. V případě opakovaných zastávek je nutné umět nejen dostatečně rychle standardní polohu z pohybu zaujmout, ale také ji bleskově „zrušit“ – po střelbě vyrazit a pokračovat v následném přesunu.

Nácvik střelby ze zastávek

Tato cvičení nemusí být náročná na velkou spotřebu munice, cílem zde není trénovat opakovaný výstřel ani přenášení střelby (i když se později mohou následující techniky s těmito prvky kombinovat), v počátcích nácviku bohatě stačí jeden výstřel z každého určeného postavení. Pro tato cvičení budeme potřebovat kolegu, který nám bude dávat povely.

1. Střelba ze zastávek z různých vzdáleností: Tato cvičení mohou postupně probíhat např. od 35 m prakticky až do kontaktu s terčem (např. 1,5 m).
 - a) Zbraň v pouzdře
Na povel „Vpřed!“ následuje chůze (klus, běh) směrem k terči, na povel „Pal!“ vždy zastavení s tasením zbraně a střelba (poté kontrola cíle, pečlivé uložení zbraně a případné opakování).
 - b) Zbraň v rukou
Obdobné provedení a povely, střelec se zastavením „zapichuje“ zbraň, vede střelbu, kontroluje cíl, na další povely opakuje postup.
2. Cvičení tzv. přeběhů se zbraní v ruce, někdy nazývané také „boxy“ nebo „chlívečky“. Střelec se snaží o co nejrychlejší provedení celého cvičení – opakovaných přesunů, zastávek a střelby. Provádí se vymezením trasy přesunu a pozic střelby náznakem pevného postavení. Často užívaným prostředkem pro takové označení místa střelby jsou ležící pneumatiky nebo dřevěné kusy hranolů. Náročnější variantou jsou tzv. okénka (okna vyříznutá v různých výškách bariér mezi střelcem a terčem), určují nejen konkrétní prostor pro nucené zastavení a použití zbraně, ale současně i vynucují určitou polohu střelby (např. nízký postoj, klek, leh apod.). Terče mohou být papírové nebo kovové (např. je třeba z každého vymezeného postavení shodit jeden „popper“).

Zde je výhodné motivovat se měřením dosaženého času v cvičení protimerem a porovnávat jednotlivé výkony. Možná dojdeme k překvapivému zjištění, že když si budeme připadat rychlí, dosáhneme delšího času než v pokusu, který jsme provedli bez výrazného spěchu. Tato záhada je daná tím, že spěch často vede ke křečovitému a nepřesnému provádění techniky a k množství nadbytečných pohybů. Snaha o rychlost proto nesmí být na úkor techniky provedení a dostatečné přesnosti. Užitečným způsobem hodnocení, nejen pro nácvik střelby ze zastávek, je tzv. faktor úspěšnosti (známý např. z IPSC střelby). Jde o poměr zásahy/čas. Čím je výsledné číslo vyšší, tím jsme byli úspěšnější.

Postupně si cvičení střelby ze zastávek můžeme zkomplikovat a oživit zařazením již zmiňovaných změn polohy (např. klek, leh), změnami směru pohybu se střelbou do stran, několikanásobným výstřelem z každé pozice, příp. i střelbou na více cílů z každé pozice.

Nejčastější chyby

1. „Zapíchnutí“ až po dokončení pohybu a zaujetí pozice.
2. Zbytečné setrvávání v pozici po střelbě před dalším přesunem.
3. Nedostatečná kontrola zásahu cíle (či její opomenutí).

Pozor!

Při nácviku těchto technik důsledně dbáme na dodržování základní bezpečnostní zásady – prst mimo spoušť a stálou kontrolu směru zbraně! Zvláště při bočním pohybu do levé (slabé) strany je velmi snadné (a časté) bezpečný úhel míření hrubě porušit. Pro zachování bezpečnosti je nutné, aby výcviku naostro, zvláště u komplikovanějších cvičení, předcházel dostatečný „suchý“ nácvik.

Přemísťování v lehu

Zvláštním druhem nouzového přemístění, případně i variantou střelby ze zastávek jsou tzv. převaly. Jde o trochu nezvyklý a jen omezeně použitelný způsob bočního přemístění z polohy vleže na nekrytém prostranství. Dosah takového ne zrovna nejrychlejšího pohybu je ale omezený. Filmoví hrdinové v průběhu takového efektního bočního koulení chrlí salvy ran, ovšem v reálné situaci by takový postup nebyl tím nejlepším nápadem. Na rozdíl od filmových hrdinů my musíme skutečně zasáhnout cíl a máme k tomu jen omezenou kapacitu zásobníku. Pokud tedy skutečně musíme v takovéto situaci použít zbraň, máme se snažit střilet ne během jednotlivých převalů, ale mezi nimi. Převaly však mohou být způsobem, jak překonat kratší vzdálenost k vhodnému krytu bez výraznějšího zvýšení zásahové zóny, nebo se využívají jako průvodní taktický manévra během výměny zásobníku vleže při nekrytém postavení. Samotné provedení je poměrně jednoduché. Z polohy, kdy ležíme na břiše, se bočně odrazíme do strany (*obr. 61a*) a obrátkou přes záda (*obr. 61b*) se bočně přetočíme stranou opět do standardní polohy vleže (*obr. 61c*). To můžeme vykonávat opakovaně, dokud nedosáhneme potřebného nového postavení nebo dokud nemáme dokončeno přebití zbraně.



Obrázek 61

Představa akčního hrdiny zběsile střílejícího během valení se stranou není rozhodně vodítkem pro seriózní nácvik. Uvedená technika má být pouze nouzovým přemístěním z nejvíce ohrožené zóny.

Nejčastější chyby

1. Ruce se zbraní v průběhu pohybu nezůstanou napjaté (ohnout je při otočce zpravidla znamená nebezpečí namíření směrem vzad).
2. Pohled během obrátky nesměruje do prostoru cílů pro stálé sledování činnosti protivníka.

Střelecké cvičení

Zásobník zbraně naplníme asi šesti náboji. Do rezervního zásobníku nabijeme plný počet nábojů. Připravíme si zbraň do pouzdra. Po signálu zaujmeme polohu vleže s tasením zbraně. Po první sérii ran (cca 3–4) na cíl (vzdálenost cca 20 m) provedeme popsanou obrátku a znovu střílíme až do vyprázdnění zásobníku. Poté provedeme další převál a urychleně vyměníme zásobník (prázdný zásobník je možné vyhodit v průběhu překulení). Nyní přes mířidla zkontrolujeme cíl a zabezpečíme zbraň.

4.13.3 Střelba za pohybu

Je samostatným předmětem nácviku. Vyžaduje dobré základy střelby a jejich spojení se zvláštním typem rychlé chůze či pomalejšího běhu, kdy co nejméně kolísáme těžištěm (*obr. 62*). Nejčastějšími variantami je použití zbraně během:

- ⊙ přímého pohybu vpřed (*obr. 62*),
- ⊙ stranového pohybu (na obě strany),
- ⊙ ústupu vzad – nouzová varianta.

Obrázek 62

Účinná střelba za pohybu patří k nejpokročilejším technikám dynamické střelby. Hlavní podmínkou je zde nutný pokles těžiště, který významně zvyšuje stabilitu zbraně. K dokonalému zvládnutí patří nudná, ale účinná průprava. Se zbraní chodit a chodit...



Pohyb vpřed se střelbou

Jde zpravidla o nácvik situace, kdy nás ozbrojený konflikt zastihne v průběhu přemísťování v úzkém koridoru, například chodbě, bez šance na ústup stranou, nebo situace, která vyžaduje rychlé vyhledání krytu. Hlavní zásady:

1. Pohybujeme se na lehce pokrčených kolenou.
2. Při každém kroku zdvihneme zadní nohu pouze tehdy, máme-li jistě postavenou přední nohu a můžeme na ni hladce přenést váhu – zde se dělají největší chyby, které se pak projeví otřesy ruky se zbraní.
3. Špičky klademe rovně před sebe nebo mírně našikmo (jak odpovídá postoji), nohy „táhneme“ těsně nad zemí, tzv. lyžujeme, zbraň máme ve střelecké pozici.

Pohyb stranou se střelbou

Tato varianta nachází využití při bočním pohybu mezi kryty či při reakci na objevení se cíle ze strany během přesunu. Při takové technice používáme opět chůzi s překrokiem, jen horní část trupu natočíme výrazně do směru střelby. Jednodušší variantou je, pokud střelíme do strany slabé ruky, cíle tak lze zasahovat i z úhlu 90°. Na straně silné ruky se většinou nedostaneme nad 60°. Nouzovou variantou je v takovém případě střelba jednoruč silnou rukou. Pohyb je poté mnohem přirozenější a rychlejší, ale zbraň je pochopitelně při mnohonásobném výstřelu mnohem méně ovladatelná.

Ústup vzad se střelbou

Pohyb vzad je vždy velmi rizikovou záležitostí, protože nevíme, jaký terén máme za sebou. Vždy hrozí zakopnutí, v horším případě pád či náraz na nějaký předmět. V bojovém střetu však není největším rizikem poranění při dopadu, ale i chvilkové přerušení střelby může znamenat konec. Přesto může v určitých krizových situacích nastat potřeba takového manévru. Jde ovšem o velmi nouzovou variantu použití zbraně. Jelikož musíme zpravidla ubrat na rychlosti, takový přesun by za žádných okolností neměl být používán na delším úseku. Zásady techniky chůze jsou téměř obdobné jako u pohybu vpřed. V žádném případě by při pohybu nemělo dojít k záklonu. Jestliže je rychlost v dané situaci sekundární, je jistější použít pro „couvání“ již popsaný krok posuvný. Existuje ale i méně známá varianta střelby za ústupu, která umožňuje o něco rychlejší pohyb. Jde o kombinaci jednoruční střelby vzad nakloněnou zbraní, zatímco druhá (slabá) ruka je napříměna ve směru pohybu. Její otevřená dlaň tvoří jakýsi „pneumatický nárazník“ proti případné překážce (obr. 63).



Poznámka

Koordinaci střelby s pohybem je nutné dostatečně nacvičit intenzivním „suchým“ tréninkem. Jistě, chodit a běhat tam a zpět se zbraní není rozhodně nic zábavného, ale tím si ušetříme mnoho nábojů, které by jinak, bez dostatečné předchozí přípravy, byly vysloveně „vyplácány“.

Obrázek 63

Přestože jedním ze základních principů pohybu se zbraní je „šlapat pouze tam, kam vidím“, nemusíme se vyhnout nutnosti ústupu vzad se střelbou. Jde o volbu menšího zla: pokusit se dostat pryč s rizikem zakopnutí, nebo se vystavit ohrožení zbraní na místě.

4.14 Střelba na pohybující se cíl

V průběhu konfliktu se může snadno stát, že se útočník bude pohybovat. Náš protivník zkrátka využije to, co je takticky dobré i pro naši ochranu – rychlý boční pohyb nebo přemísťování do krytu. Takový cíl pak není snadné účinně zasáhnout. Právě běžící soupeř bude patrně naším nejčastějším cílem v reálné situaci (pokud pomineme poměrně divokou představu střelby z okolo projíždějícího vozidla – to zavání spíše akčním filmem než reálnou situací). V případech přímo se blížícího (či vzdalujícího) cíle není technika příliš odlišná od střelby na stojící cíl. Snad jen omezení času na potřebný zásah může způsobit (např. v případě rychle se blížícího protivníka s nožem), že budeme pod výraznějším psychickým tlakem.

Použití zbraně u technicky složitější varianty – bočně se přesunujícího či běžícího terče – závisí teoreticky na několika faktorech. Těmi je rychlost projektilu, vzdálenost od dráhy cíle, rychlost a úhel pohybu vzhledem ke střelci. Tyto vlivy ale v případě těch nejběžnějších střetnutí na poměrně krátkých vzdálenostech nehrají významnější úlohu. Na dostačující zásah protivníka vzdáleného 10 metrů a přebíhajícího sprintem určitý úsek nemá při rychlosti projektilu cca 400 m/s (9 mm Luger) zpoždění prakticky žádný vliv. Pokud budeme počítat s během kolem 5 m/s, vyjde něco kolem 10 cm.

V těchto situacích proto vlastně není zapotřebí užívat to, co je velmi podstatné např. pro brokové střelce na asfaltové holuby, a sice přesazení. Tak říkáme vzdálenosti, kterou musíme mířit před terčem, abychom jej, případně optimální zónu na něm vůbec zasáhli. Význam přesazení by mohl být podstatnější až při větší vzdálenosti a rychlosti pohybu cíle, příp. při použití zbraně se značně nižší ústovou rychlostí (např. virtuální situace – palba „pětačtyřicítkou“ na řidiče v ostře uhánějícím automobilu ze vzdálenosti 50 m). Závěrem shrňme, že na sprintující „figuru“ ve vzdálenostech od 15 do 20 m je náš záměrný bod přibližně v přední části nebo na hraně cíle.

Způsob střelby na pohyblivé cíle

Prakticky jde o dva základní principy – tzv. vyčkávací (čekáme na cíl v určitém předpokládaném bodu dráhy jeho pohybu) a doprovodný („jdeme“ se zbraní společně s cílem, sledujeme jej v jeho pohybu). Vyčkávací systém se spíše hodí pro již zmíněné míření na vyklánějícího se protivníka z polohy za krytem. Důležité je zde zvláště načasování výstřelu. Pro rychlé použití zbraně v bojové situaci je však rozhodně mnohem vhodnější a přirozenější doprovodný způsob. Samotná technika vypadá tak, že v obvyklém postoji (nebo v jiné poloze) míříme na cíl (nebo při těsných vzdálenostech pouze „ukazujeme“ zbraní) a současně začínáme rotovat v bocích ve směru pohybu terče. Při případném „zapíchnutí“ zbraně již v průběhu dopředného pohybu zbraně sledujeme cíl. Nejčastější chybou bývá tendence k zastavení pohybu zbraně sledující střed cíle v okamžiku spouštění. Koordinace všech prvků techniky – míření a spouštění se současným bočním pohybem a udržováním záměrného bodu na cíli – není zpočátku ničím jednoduchým. Zprvu se proto rozhodně vyplatí intenzivněji „sušit“. K tomu je možné využít jakýkoliv vhodný pohyblivý předmět,

i třeba v domácnosti. Jedním z nejlacinějších pomocníků, nenáročných současně i na prostor, může být obyčejný míček, kutálený kolegou ze stran na ploše před námi (důležitá je kontrola, bezpečnost!).

Ostrý výcvik této techniky realizujeme až na příslušné střelecké úrovni, jinak se může stát, že náklady na munici nebudou zrovna smyslně využity. Také se hned v úvodu nesnažíme o hraniční výkony z hlediska rychlosti střelby a pohybu terče. Potřebné zrychlení střelby a míra vnímání mířidel musí být (tak jako koneckonců i v předchozích technikách) úměrná budovanému podvědomému citu pro obtížnost cíle a šanci na jeho zásah. To je opět jen otázkou delšího nácviku a času. Záměrem je, jako vždy, zasahovat vnitřní zóny postavy na terči. Pochopitelně čím se terč pohybuje svižněji, tím může být při pokročilem nácviku omezen čas nejen pro střelbu, ale i pro další provázející činnosti – tasení zbraně, „zapíchnutí“ atd. Po zvládnutí popsané základní varianty jsou již vhodné i kombinace střelby na pohyblivý terč s jinými střelecko-taktickými úkony. Jde zejména o změny polohy a místa v průběhu střelby, tedy koordinaci této techniky i s vlastním dopředným či stranovým pohybem, příp. se současným přesunem do krytu a střelby z něj v různých úrovních.

Metody nácviku

Střelba na pohybuující se cíl se jen obtížně nacvičuje, zejména díky omezené dostupnosti vhodných zařízení. Nejvhodnější je samozřejmě, jako vždy, počáteční nácvik na některé projekční střelnici s různými variantami průpravy (podrobněji viz *kap. Projekční systémy* ve fázi III). To zvláště zde umožňuje výraznou úsporu munice. K ostré střelbě je pak možné využít speciálních pojezdů s elektromotorem pro „stranou běžící figuru“. Bohužel je těchto



Obrázek 64
*Nejlacinější
nácvik střelby
na pohyblivý cíl.
Terč navlečený
na drátu je
tahán tam
a zpět vašimi
kolegy.*

terčových zařízení nedostatek, a ty dostupné mají většinou rychlost „Johnyho Walkera“, tedy rozhodně ne člověka sprintujícího v boji o vlastní život. Střelba se tak často příliš neliší od běžného nácviku na statické cíle a je přijatelná pouze pro počáteční seznamovací průpravu. Výjimkou je střelecký stav pro disciplínu „běžící kanec“. Tam je již rychlost bočního pohybu terče úměrná reálnému pojetí.

Dalšími variantami jsou různá jednodušší mechanická řešení. Terč, zavěšený na silném drátu, může být tahán provazy tam a zpět dvěma kolegy (*obr. 64*). Toto řešení je laciné a funkční (pozor však na bezpečnost, „tahači“ se nikdy nesmí ocitnout před úrovní střelce!). Bohužel ale, vzhledem k závislosti rychlosti na lidském faktoru, není naprosto možné objektivní porovnávání výsledků. Můžeme též využít různé druhy „samočinných pojezdů“. Některé terče jezdí pomocí koleček na kolejnici, jiné zas využívají závěsné kladkové zařízení, klouzající po upnutém drátu. Rovina pohybu je vždy dostatečně nakloněná (cca 30°), takže terč se po „odjištění“ pohybuje vlastní vahou šikmo stranou, účinkem gravitace. Negativním faktem tu je nejen ne právě závratná rychlost, ale i výrazné klesání polohy terče.

4.15 Střelba za ztížených podmínek

Střelbou za ztížených podmínek vrcholí fáze II. V následující kapitole se proto budeme věnovat přípravě zaměřené na potřebnou adaptaci a zvýšení odolnosti vůči některým nepříznivým vlivům, které mohou zásadně ovlivnit nejen výsledky samotné střelby, ale i požadovanou racionalitu rozhodování a taktické chování. Mezi tyto negativní vlivy patří zejména vystupňovaná stresová reakce. Jejím hlavními psychickým projevy je zmenšení odstupu od situace a sklon ke zkratkovitým reakcím a zbrklosti. Z tělesných příznaků si jmenujme tunelové vidění (zúžení zrakového pole a výpadek periferního vidění), zvýšení tepové frekvence, tuhnutí svalů a zhoršení koordinace pohybů, třes končetin atd.

Cvičení by měla být postavena tak, aby přímo stresovou reakci vyvolala nebo aby ji v některých projevech připomínala. Cílem je, aby střelec zvýšil odolnost vůči vlivům, které stres dosud působily, a dále aby naučené pohybové stereotypy a taktické návyky probíhaly i přes již rozběhlé nepříznivé tělesné a psychické reakce, tedy při značně „rozhozeném“ rozpoložení organismu. Taková cvičení už si stěží připraví jednotlivec sám, zvláště zde je proto vhodné postupovat pod vedením zkušeného instruktora. Pochopitelně pro takový výcvik je nutná dostatečná technická a bezpečnostní vyzrálост střelců. Nejvíce užívanými cvičeními je zejména střelba:

- ⊙ s tlakem na rozhodovací schopnost,
- ⊙ pod časovým stresem,
- ⊙ po tělesné zátěži,
- ⊙ s rušivými akustickými vlivy,
- ⊙ pod vlivem bolesti.

4.15.1 Rozhodovací schopnost

Cvičení zaměřená na udržení rozhodovací schopnosti pod značným tlakem jsou jednou z metod přípravy na adekvátní a odpovědné použití zbraně. Jsou při nich simulovány situace, kdy střelec může zjistit, že nevystřelit v některé situaci je někdy vrcholným uměním. Na tom ale není nic „zenově tajemného“, jedná se pouze o trénink v sebekontrolě. Nejdokonalejšího výcviku je možno dosáhnout pomocí již zmiňovaných projekcí na speciálních střelnicích. Zde jsou v průběhu filmu řešeny situace, které mají vést zejména k vyhodnocení adekvátnosti použití zbraně v situacích, které se mohou stát i v běžném životě. Takové střelecké programy jsou obvykle doplněny i o právní vyhodnocení. Dalším z nástrojů mohou být modelové situace s použitím některého soupeřského systému. Zmíněné metody jsou ovšem náročné na dostupnost a finanční náklady. Na běžných střelnicích lze nácvik vedoucí k rozvíjení rozhodovacího procesu připravit jen omezeně.

Nejvíce se používají nácviky s kombinacemi terčů znázorňujících jak ozbrojené, tak i neozbrojené lidské cíle (*obr. 65*). Ve velmi omezeném čase na rozpoznání zbraní v rukou osob na terčích musí nacvičující střelec již při tasení (nebo vstupu, pohybu, otoče apod.) vyhodnotit hrozbu a ozbrojené protivníky co nejdříve a nejúčinněji eliminovat. Někdy se také užívá trochu „podpásová metoda“, a sice že žádná z osob na připravených terčích nemá zbraň. Instruktorem řádně vybuzený střelec („Rozumíš: co nejrychleji zasáhnout ozbrojené osoby!!“) se pak často po absolvování cvičení nestačí divit. Nejen, že střílí po jakékoliv siluetě, která mu stojí v cestě, a to mnoha ranami, ale dokonce je ani přes blízkou vzdálenost často netrefí. Ti, kteří po provedeném cvičení sledují ostatní obdobně „úspěšné“ střelce, jsou s odstupem pozorovatele šokováni iracionálním postupem dalšího sebevědomého kolegy. Dokud člověk zkrátka takový debakl nezažije na vlastní kůži, jen těžko uvěří, jak je jednoduché stisknout spoušť na něco, co jsme nikdy nechtěli trefit. Právě zde se dobře ukazuje známé pravidlo o 80% vlivu psychického stavu na výsledek střetnutí a pouze 20% vlivu techniky.



Obrázek 65

Jedno ze cvičení na rozhodovací schopnost v omezeném čase. Postavy na terčích mají nejen zbraně, ale i holé ruce či předměty denní potřeby. Střelec po signálu protimeru reaguje otočkou s tasením zbraně a snaží se co nejrychleji o optimální řešení situace – krytí a „eliminaci ozbrojených osob“.

Pří výcviku je dobré určit trest za zásah „nevinného kolemjdoucího“. I penalizace typu dvacet kliků přede všemi, zaplacení jídla pro všechny po výcviku apod. může přinést překvapivou míru motivace a potřebného stresu. Nestrefený terč (či opomenutý, vynechaný atd.) může znamenat ostudné vynesení nešťastného střelce – „mrtvoly“ – ze střelnice ostatními účastníky výcviku. Užívaná je také minuta ticha za padlé nezúčastněné osoby. Takové pro někoho infantilní zvyky přináší obvykle nejen potřebné zvýšení snahy, ale i tlaku na přítomné střelce.

4.15.2 Časový stres

Další metodou zvýšení tlaku na střelce je vyvolání časové tísně. Cílem je naučit se udržet potřebné změny tempa naší činnosti. Některé postupy je možné provést maximálně rychle, u jiných je ke kvalitnímu výsledku nutné zpomalit, jsou otázkou rozmyslu a ostrážitosti. Splnit tento požadavek v situaci, kdy víme, že jde o každou vteřinu, rozhodně není ničím jednoduchým. O tomto aspektu jsme se do jisté míry zmínili již v předešlých odstavcích. Bojovat proti neúprosnému času je mnohdy tím, co už v počátku značně „rozhodí“ ty, kteří dosud zbraň používali bez časového omezení. S intenzitou nácviku vzrůstá návyk strojového provedení za optimálního použití hospodárných pohybů, a to včetně řešení náhlých nepříjemností, jako jsou závady zbraně apod. Je vhodné opět „trestat“ ty poslední a zvyšovat nároky, na které se musí nacvičující adaptovat. Výsledkem výcviku má být střelec – „automat“ s co nejvíce rutinními a účelnými postupy, u kterého je možnost střeleckého kolapsu a upadnutí ve zmatek co nejméně pravděpodobná. Je také možné využít střeleckých „soubojů“ – cvičení, kde dva soupeři mají například sestřelit obdobnou sestavu kovových terčů před sebou (a příp. vykonat i další úlohy – změny poloh, přebití apod.) a teprve pak zasáhnout „vítězný“ středový terč. Při takových cvičeních je tlak na oba střelce markantní a vznikají chyby, které by při normálních cvičeních nevznikly.

4.15.3 Tělesná zátěž

Intenzivní fyzickou námahou je možné vyvolat výrazné narušení jemné motoriky a další nepříjemné projevy podobné stresové reakci, jako je prudký vzrůst tepové frekvence a stavy připomínající kyslíkový dluh. Cit pro jemné pohyby mizí, ruce se klepou a padají z nich věci. Ve spáncích a v hrudi nám „bije zvon“, dech se krátí. Mění se vnímání prostoru a dostavuje se tunelové vidění. Takového stavu lze dosáhnout např. co nejrychlejšími kliky a sprintem na 100 m, výhodné jsou také různé tematické překážkové dráhy. I po krátkodobém výkonu se výsledky střelby obvykle radikálně mění (*obr. 66*). Častým zařazováním tělesné zátěže do výcviku ovšem dochází k určitému návyku „prodat“ své schopnosti i po nemalém fyzickém vypětí. To však není jen otázkou vyšší kondice, ale spíše postupnou adaptací psychiky na tyto průvodní vlivy.



Obrázek 66

Střelba po zátěži může mít různé podoby. I z vlastní zkušenosti můžeme potvrdit, že 70metrový sprint s dvěma středními pneumatikami v rukou se může výrazně podepsat na další schopnosti v ovládání zbraně.

4.15.4 Rušivé akustické vlivy

Pronikavé a silné zvuky jsou jedním z dobře známých stresových faktorů. Během přestřelky se spustí něco pro normální vnímání člověka šokujícího. Již samotné ohlušující dunění několika ran (zvláště v zástavbě) může spolu s dalšími faktory zničujícím způsobem působit na schopnost racionálního jednání. Vzhledem k zákonitým zdravotním následkům lze těžko doporučit pravidelné uvykání střelbě bez ochrany sluchu. Přesto (zvláště ve fázi III) nemusí být na škodu občasné připomenutí si reality odložením sluchátek.

I reprodukováná hlasitá hudba či znepokojující depresivní zvuky – sirény, alarmy atd. (k tomu může být využito ozvučení střelnice, případně lze zvuky použít rovnou do elektronických sluchátek) poslouží jako faktor vedoucí k zahlcení pozornosti a zvýšení tlaku na střelce. Jedním z neobyčejnějších a nejužívanějších (a často nejúčinnějších) může být i prostý křik. Nehorázný řev instruktora v pravý okamžik dělá s psychikou člověka soustředěného na výkon divy. Pokřiky „Děléj! Co s tím děláš!! Makej! Zabijou tě! Hni se sakra! To je běh?? Jseš mrtvej!“ a podobně mohou způsobit, zvláště s již popsányými vlivy, kolabování i těch jinak odolných.

4.15.5 Cvičení po bolesti

I taková průprava může patřit do rejstříku těch, kdo se chtějí co nejlépe připravit na realitu střetnutí. Taková cvičení jsou standardními např. u izraelského přístupu k výuce bojové střelby. Poté co nám instruktoři (nebo kolegové) intenzivně (ale s rozumem – ne s cílem zranění) „naloží“, snažíme se zapomenout na momentální problémy a optimálně splnit i náročné cvičení jako obvykle. Nářez není cílem, ale dalším (byť drsnějším) z prostředků výcviku. Samozřejmě, není to pro každého, ale je možné si takto sáhnout hlouběji do svých možností. Někteří mohou tyto metody odsuzovat a nesouhlasit s podobným nekultivovaným a surovým druhem výcviku. Každý si ale musí zvážit, co chce. Připravujeme se na ne zrovna jemnou situaci, kdy chyba a zaváhání může znamenat naši smrt.

4.16 Systém přípravy ve fázi I–II

Nácvik technik a postupů v obou fázích je nejen náročný na čas, ale také zatíží (nebo spíše odlehčí) naši kapsu. Cílem následující kapitoly je naznačit některé cesty k efektivní přípravě tak, aby zmíněné investice časové i finanční byly využity co nejekonomičtěji.

Nejdříve si uvedeme několik obecných principů tréninku. Spíše než o systematický výčet se jedná o souhrn postřehů tak, jak vyplynuly z našich vlastních zkušeností s touto problematikou. Pak bude následovat kapitola o jedné z nejpřínosnějších metod, a to „suchém“ cvičení, doplněná o popis moderních prostředků, a sice střeleckých trenažérů. Závěr této části je věnován příkladu tréninkové jednotky.

4.16.1 Obecné principy tréninku

Motivace

Nejlepším druhem motivace je samozřejmě motivace vnitřní. I ta má mnoho podob, někdo trénuje proto, že ho to baví, někdo proto, že se cítí ohrožen natolik, že mu stojí za to několikrát měsíčně cvičit a investovat desítky tisíc do vybavení a munice apod. Konečně jsou i jedinci, kteří si cíl virtuózně zvládnout sebeobranu vybrali za svou životní cestu. Podle převládající motivace se liší i důraz různých střelců na jednotlivé etapy přípravy. V nácviku fáze II se často uplatňuje soutěživý duch, např. účasti na závodech IPSC apod. Je to atraktivní sport, kterému se dá zasvětit veškerý volný čas. Ačkoliv na jeho počátku stála myšlenka využít sportovní motivace k procvičení bojové střelby, dnes se tomuto záměru nenávrtně vzdaluje. Proto kdo je praktičtější založen, obvykle nekompromisně směřuje k fázi III.

Motivace má občas přirozené kolísání a někomu hrozí, že po takovém zakolísání se k tréninku už nevrátí. Prevencí tu může být pravidelnost, resp. tvorba zvyku. To pak určitou setrvačností pomůže překlenout období, kdy „se nám ani moc nechce“. Další pomocí může

být trénink ve skupině. Uplatňuje se při něm soutěživý duch a obvyklé hecování. Mnoho lidí by o samotě zdaleka tak tvrdě netrénovalo jako ve skupině. Dobrou pomůckou je nepsaný systém různých „trestíků“ pro ty méně úspěšné, jako jsou kliky, úklid apod., případně velmi oblíbené placení nezbytného občerstvení po tréninku pro úspěšnější členy skupiny. Zkrátka udržení motivace je věcí základní a v čase se může proměňovat k lepšímu i k horšímu.

Systematičnost

Měli bychom si sestavit tréninkový plán. Jednak na každý trénink a také na delší úseky. Trénink by měl být pestrý, abychom snáze a dlouhodobě udrželi motivaci a pozornost, a měl by počítat s postupným poklesem pozornosti. Proto nácvik obtížnějších postupů umístíme do první třetiny (po dostatečném „rozhybání“) a náročnost postupně ubíráme. Je dobré dělat pauzy a po určitém celku si probrat, co nám šlo a co jsme dělali špatně. Dlouhodobý plán je možné sestavit jako systém modulů, které postupně projdeme a pak v dalším cyklu začneme znovu.

Zpětná vazba

Je dobré vést si o tréninku záznamy. Vyplácí se je po tréninku přepsat do počítače, umožní to pak vpisování dalších postřehů do vzniklého textu a udržujeme si tak povědomí o celém vývoji. Pokud se účastníme závodů, tak po skončení zrekapitulujeme svůj výkon. Stanovíme si úkoly na trénink a další závod, pak zhodnotíme, jak jsme je splnili. Při tréninku konkrétní techniky je vhodné vytknout si kontrolní body, v místech, kde se nejvíc chybí, které se pak budeme snažit udržet v mysli při provádění techniky. Pokud trénujeme ve skupině, střídáme se ve vzájemné kontrole provádění techniky. Vynikajícím prostředkem zpětné vazby je videokamera. Nejen kvůli analýze momentálně nacvičovaných technik, ale prohlédnutím starších záznamů jasně uvidíte své zlepšení nebo dlouhodobou stagnaci. V trénincích zásadně (pokud můžeme) používáme protimer, tedy zařízení na měření rychlosti samotné střelby i provedení celé techniky (např. přebití, tasení apod.). Je to nejen motivující faktor, ale umožňuje srovnání našich výkonů s těmi dřívějšími i v době samotného tréninku. To ukazuje na vývoj techniky a postupné zlepšování, příp. stagnaci. Ve druhé řadě jde také o startér naší činnosti, kdy se snažíme o co nejpohotovější reakci na počáteční impuls – zde pronikavý zvuk, pípnutí. Problémy budou v boxech obvyklé kryté střelnice, kdy nám do výsledků budou „zasahovat“ svými výstřely i případní sousední střelci.

Trpělivost

Nic neuspějeme, není možné „předběhnout“ vlastní možnosti. Při poctivém přístupu se však zlepšení dříve nebo později projeví. Existuje známá příhoda ze středověku o šermíři, který se chtěl rychle zdokonalit v boji. Když se ptal mistra, za jak dlouho toho bude schopen, tak úměrně spechu a naléhání žáka mistr prodlužoval odhad doby potřebné k získání takové dovednosti.

Přesnost versus rychlost

Jedním z nejzásadnějších problémů u základní přípravy v obranné střelbě bývá často diskutovaný poměr rychlosti provádění technik a samotné střelby ku dokonalosti provádění

a přesnosti zásahů. Veškeré pohyby zpočátku skutečně provádíme s ohledem na bezpečnost a technickou dokonalost co nejpomaleji. Tím nejen že snižujeme možnost nežádoucího úrazu, ale zabráníme i fixování chyb a špatného provádění. Zásadou je skutečně se nesnažit cokoli uspěchat. Rychlost techniky má být hlavně výsledkem toho, že ji provádíme s minimem nadbytečných pohybů. Musíme tedy vědět, jak vypadá co nejúspěšnější provedení dané techniky, a pak tuto variantu nacvičovat. Po čase zjistíme, že aniž bychom o to vědomě usilovali, jsme již překvapivě rychlí.

U samotných zásahů je to podobné. Vždy musí být dynamická střelba i dostatečně ekonomickou, být koeficientem určité přesnosti a rychlosti. Nepomůže být jen přesný nebo jen rychlý bez dostatečných zásahů. Musíme si uvědomit, co vlastně chceme střílet, a to dělat opakovaně co nejrychleji (a časem i za různých ztížených podmínek). Velkou chybou je zaměření pouze na co nejrychlejší provedení, kdy cílem je například celá silueta velké figury. Nestačí pouze zasáhnout terč, být bleskově. Naopak na některých terčích je středová zóna zase neúměrně malá (terč EPP²⁰ např.). To vede mnohdy ke zbytečné snaze o přesnost na úkor potřeby reálné rychlosti provedení. Mnoho však může vyřešit zmenšení vzdálenosti střelby, příp. samotná vhodná volba terče nebo přizpůsobení některého z dostupných (např. u jednoho z nejběžnějších, ležící figury s kruhy, se rozhodneme, že naprosto dostačujícími zásahy pro nás budou ne desítky, ale zóna kruhu devítek, příp. osmiček). Na zmiňovaném EPP terči jsou v pořádku zásahy v zóně 5 a 4 apod. Pokud definovanou středovou oblast nebudeme střílet z 50 %, nepatrně zvolníme tempo, abychom opět zlepšovali skóre. Nestřelíme-li někdy siluetu terče vůbec (tzv. miss), zpomalíme výrazněji. Zrychlovat si zkrátka můžeme dovolit až v situaci, kdy budeme opakovaně (např. 9 z 10 pokusů) střílet zvolenou středovou plochu.

Pro sportovnější pojetí jsou při tréninku zásahy v méně bodovaných okrajových oblastech zcela neuspokojivé (při aspiraci na nejlepší výkony musí být v co nejrychlejší době dosaženo pokud možno maxima bodů). Někteří ale tvrdí, že takové výrazně přesné závodní pojetí příliš zpomaluje. Pro reálné použití zbraně stačí dvojstřelem zasahovat jednou ranou středovou oblast a druhou okrajovější zónu (ne však samotný okraj!). To ale musíme být schopni provádět opakovaně v nejrychlejší možnému tempu a v jakékoli situaci. (Pravdou ovšem je, že z okrajových zásahů v pohodovém tréninku mohou být missy ve stresu střetnutí.) U kovových terčů bychom se však měli pokusit v daném tempu shazovat cíl prakticky každou ranou (jelikož terče padají i po zásahu do okraje).

Kvalita versus kvantita

Nesmíme se snažit nahradit kvalitu kvantitou. Nemá cenu vystřelit o 200 patron v tréninku navíc, pokud stále opakujeme tu samou chybu. Nelze mít za to, že když provedeme denně 300 tasení, je to samo o sobě lepší než 150 opakování. Úsilí o kvantitu často funguje jako

²⁰ **Terč EPP:** Jde o papírový terč pro již zmíněnou soutěžní disciplínu. Na bílé (příp. šedé) ploše je zobrazena černá silueta ozbrojené osoby. Nad hlavou po obou stranách jsou dva malé kroužky. Zóny jsou hodnoceny 5, 4, 3 a 2 body.

útěcha při selhávání v kvalitě. Zvyk se tvoří opakováním dané aktivity. Budeme-li opakovat špatnou aktivitu, tvoříme si špatný zvyk. Toho se zbavovat je pak mnohdy horší, než se něco učit od začátku.

Vybavení versus úsilí

Nevěřte častým pověstem o nutném a neodmyslitelném vylepšování zbraně, vybavení či pouzdra, úspěch obvykle záleží na něčem jiném – většinou pouze na péči a usilovném tréninku. Někteří se snaží svou neochotu trénovat nebo nedostatek času vynahrazovat nemalými investicemi do vybavení s vírou, že si tak své výsledky koupí. Je samozřejmé, že vybavení musí mít určitou úroveň, ale zkušenosti ukazují, že světové výkony lze podat i s naprosto obyčejnou, neupravenou tovární zbraní.

Časové rezervy

Někdy bývá na většině střelnic velkým problémem čas pro přípravu či spíše jeho nedostatek. Důvody mohou být různé – další zákazníci, vysoká hodinová cena, omezená doba z hlediska naplněného denního rozvrhu. Omezený čas pak často způsobí, že se nemůžeme na provádění technik dostatečně soustředit nebo že nejsme schopni splnit svůj obvyklý plán tréninku. Velkou část zaberou opakované cesty k cílům, neustálé lepení papírů a zvedání kovových terčů. Tuto situaci někteří z intenzivně se připravujících střelců řeší úsporným způsobem. Na papírových terčích lepí pouze zásahy, se kterými nejsou zcela spokojeni. Zásahy v optimální zóně zůstávají nepovšimnuty – ty jsou „v pořádku“. Tím, že se věnujeme okrajovějším zásahům (kterých by mělo být zásadně méně), nejen že šetříme zálepkou, ale především dobu strávenou u terčů. Kovové terče jsou někdy maximálně povoleny aretačním šroubem nebo zapřeny (např. pneumatikou) tak, aby po zásahu nepadaly. Zásah střelec zaznamenává pouze prostřednictvím zvuku po dopadu projektilu na kovový cíl. Zvuk cinknutí je i ve sluchátkách patrný a je tak zaručena dostatečná kontrola přesnosti. Takový způsob ale nelze použít tam, kde je kovová plocha v dopadišti.

Pozor!

Na zapřené kovové terče bychom (z hlediska možných odrazů) neměli střílet z méně než 15 metrů. V určitých případech lze použít i jiné „nesklápějící se“ kovové tréninkové cíle. Jde o různé zavěšené desky či plata připevněná na vztýčených kůlech, na které lze střílet i ze vzdálenosti kolem 10 m (takové terče se například používají na Steel Cupech²¹). Každý takový cíl musí mít vůli se po inkasování zásahu pohnout (zhoupnout), jinak zde hrozí velké nebezpečí odrazů.

²¹ **Terč pro Steel Cupp:** Jde o kulatý plát šířky 30 cm, silný 1 cm. Ten je pomocí delšího přivařeného šroubu připevněn k dřevěnému hranolu (cca 12×12 cm) dlouhému asi 120 cm. Podstavec tvoří vysloužilá pneumatika se středovým diskem, na kterém jsou přivařeny čtyři trubky, do kterých se zasune spodní část hranolu. Po určité době je nutná výměna „přestříleného“ dřeva nízkými zásahy.

Stavba tréninkové situace

Od počátku budete také stát před úkolem, jak vymezit místo střelby, simulovat kryt či donutit se zaujmout netradiční polohu ke střelbě. K určení zóny startu a dalších zastávek, kde budete střílet mezi jednotlivými přeběhy, stačí poměrně primitivní prostředky. Může jít i o dokonalejší, pracnější a dražší výrobky, ale budeme se snažit o maximální efekt s co nejmenšími náklady a energií. Dostatečným označením pro trénink může být položené prkénko, latka nebo oblast mezi dvěma pneumatikami. Pro kryty jsou vhodné rozličné desky, u kterých ale často bývá problém s jejich dostatečnou fixací v ploše střelnice (do podložky většiny střelnic je velmi obtížné cokoliv zapichovat). Zastoupit je mohou složené papírové krabice z tvrdšího materiálu (např. od počítačů, lednic, televizí apod.) slepené leukoplasty. Ty dobře drží, jsou dostupné a dají se (pokud není extrémní vítr) vhodně stavět na sebe do potřebné výšky a tvarů. Problémem však bývá déšť, který tyto výrobky brzo znehodnotí. To se většinou řeší skladováním v rozloženém stavu pod střechem.

K zaujetí nestandardních pozic mohou posloužit okénka různých velikostí a tvarů, vyřezaná do lepenkových kartonů. Ty se upevní buď k některému obvyklému terčovému stojanu, nebo spojením do tvaru „L“. Vzhledem k bezpečnosti je nutné, aby stály pevně, po nějakém případném doteku nesmí spadnout a způsobit střelci nežádoucí kolizi. Všechny bariéry je možno si pomoci útržků laciné tapety se vzorem „cihlové zdi“ a lepidla vylepšit natolik, že se přiblíží podobě „tvrdých krytů“.

Individuální versus společný trénink

Příprava složitějších situací, měření času a vzájemná kontrola správnosti provedení vyžaduje zpravidla součinnost více lidí. U dynamické střelby je proto společný trénink oblíbenou variantou. Předpokládá se, že tréninku fáze II se aktivně účastní pouze střelci, kteří zvládli fázi I, tedy mají již potřebně zažitě bezpečnostní zásady. Pro společný trénink by měla platit určitá speciální pravidla. Vždy má být určeno, kdo bude vydávat pokyny a dbát na organizaci cvičení (tzv. vedoucí střelby). Většinou jde o toho, kdo zároveň měří čas.

Vedoucí střelby

1. Před jejím započítáním zkontroluje, zda je střeliště prázdné (zejména u složitějších situací).
2. Následně dá pokyn k nabití zbraně: „PŘIPRAVTE SI ZBRANĚ“.
3. Dotáže se střelce: „PŘIPRAVEN?“.
4. Jestliže je odpověď kladná, vydá signál k zahájení střelby (dohodnutý povel např. „HOP“, „PAL“, příp. signál pípnutí timeru).
5. Po ukončení střelby se střelce dotáže: „OPRAVDU JSI SKONČIL?“.
6. Je-li odpověď kladná, pak střelce vyzve: „VYBÍT ZBRANĚ, KONTROLA“. Střelec vyjme zásobník a stáhne závěr zbraně.
7. Vedoucí střelby vizuálně zkontroluje prázdnou zásobníkovou šachtu a nábojovou komoru a oznámí „VIDÍM“, že je zbraň skutečně prázdná. Dále vydá pokyn ke spuštění závěru,

ráně jistoty („ZBRAŇ JISTOTA“) a uložení zbraně do pouzdra („POUZDRO“). U „důvěryhodnějších“ a velmi pokročilých střelců je možné spokojit se s jejich oznámením o vybitém stavu zbraně a uložení do pouzdra.

8. Pak teprve vydá pokyn ke kontrole terčů (např. „K TERČŮM“).

Střelec se pak po střelnici pohybuje pouze s vybitou zbraní v pouzdře, bez zásobníku ve zbrani (ve fázi III se však již razí jiné zásady).

Při jednodušším skupinovém výcviku (např. každý střelec má svůj terč, střelci stojí v jedné linii v určitých rozestupech) můžeme používat podobné povely jako jsme uvedli výše. Opět je určen vedoucí střelby, který po dostřelení buď všechny obejde a zkontroluje zbraně, nebo nařídí samostatnou kontrolu.

Poznámka

Nepovažujte vzájemné „velení si“ za zbytečné omezování, jde jen o další z cenných bezpečnostních prvků.

Role instruktora

I zde, jako koneckonců v každém oboru, je přítomnost fundovaného pedagoga velkým přínosem. Nejen v počátcích, kdy se často fixují závažné chyby, ale i v pokročilém výcviku může dobrý instruktor přispět k markantnímu zlepšování. Lidé, kterým za roky prošly „rukama“ v intenzivním výcviku stovky a tisíce střelců, vidí ihned nejen zásadní chyby, ale i šance pro jemnější individuální opravy. Není to v zásadě nijak těžké – i tato činnost totiž má svá známá úskalí a nesprávná provedení se obvykle v průběhu přípravy dokola opakují. Nad čím můžeme koumat měsíce, marnit čas a zbytečně plýtvat municí, to může být pod dobrým vedením otázkou jen několika lekcí.

4.16.2 „Sušení“ a nácvik manipulace

Nejen v samém počátku, ale i po létech přípravy jsou taková cvičení jednou z nejdůležitějších činností pro zvyšování a udržování úrovně střeleckých schopností. Je optimální, když si denně najdeme alespoň nějakých 10 až 15 minut na průpravu, která nemusí stát nic víc než čas a úsilí. Problémem většiny lidí ovšem je vydržet a cvičit dlouhodobě. (Pravidelných 15 minut je lepší než 10, 10 než 5 minut, 5 než nic...) Strojová (a bezpečná) manipulace je naprostým základem, bez kterého lze jen ztěžka očekávat podstatná zlepšení při složitějších technikách. Často je pro udržení a růst úrovně podstatnější cvičit se zbraní „nasucho“, než se věnovat samotné střelbě (i když ta je právě mnohem atraktivnější). Mnoho z těch, kteří „na to mají“, se ale snaží nahradit nezázivné „suché“ drily pouze horami nábojů, výsledek však převážně nebývá úměrný a tisíce nábojů jsou často vystřeleny naprosto neúčelně. Poměr ostré střelby a „suchého“ nácviku by měl být v poměru 1 : 3. Nejde ale jen o zbytečné vyna-

ložené vysoké náklady, výcvik na střelnici bez souběžné intenzivní průpravy v manipulaci se zbraní může působit značně negativně. Problémem pak bývá nebezpečná manipulace se zbraní a nežádoucí fixování nesprávně provedených technik, které mohou být později velkou překážkou růstu k mistrnému ovládání zbraně.

Jde nejen o nácvik samotného spouštění, ale i o procvičování dalších nejpotřebnějších dovedností, jako je zaujímání postojů a poloh ke střelbě, tasení a dynamické natažení zbraně, přebíjení, odstraňování závad, přenášení střelby apod. V průběhu výcviku je dobré „startovat“ i z jiných pozic, než je klasická s rukama u stehů (např. ruce nahoře, za zády, založené na prsou atd.). Je také přínosné učit se odhazování drženého nebo nošeného předmětu. To je důležité pro okamžité uvolnění rukou. Později se používá i cvičení zaměřené na únavu rukou (kliky, přenášení těžkých věcí) jako seznámení se se situací, kdy díky svalovému napětí v krizové situaci bude omezena jemnější koordinace. K vytvoření dostatečných pohybových stereotypů ovšem dochází až po mnoha tisících nebo i desítkách tisíc provedeníh. Důležitá není jen kvantita nácviku, ale i dostatečné zažití správných technik. To klade velké nároky především na soustředění a míru korekce. Pohyby zprvu provádíme co nejpomaleji a fázovaně, později je spojujeme v celky a pomalu stupňujeme rychlost. Pak znovu začneme nanovo. Dostatečný počet opakování jedné techniky v samotném tréninku je zhruba 30 provedení. „Suchý“ nácvik se nesmí v žádném případě stát nějakým bezmyšlenkovitým vytrvalostním cvičením. Nikdy by drilování nemělo být zapláceno ztrátou dostatečné koncentrace a sebekontroly. Ta je zde obzvláště důležitá (není důležité provést techniku tisíckrát, ale vždy špatně). Vhodným a laciným prostředkem potřebné korekce může být zrcadlo, kamera či opravování další zasvěcenou osobou. Nejvýhodnější je ale pochopitelně činnost pod občasným vedením zkušeného instruktora.

Střelecké trenažéry

Největší náročnost „suchého“ tréninku spočívá v jeho poměrně neatraktivnosti a nudnosti. Pobíhat po bytě a cvakat zbraní na vázičky či papírové atrapy zmenšených terčů totiž jednou unaví i ty nejnadšenější. Brzká ztráta motivace z takových do jisté míry stereotypních tréninků je tak jednou z hlavních překážek. Východiskem proto mohou být prostředky, které nejen že dokáží nahradit velkou spoustu neúčelně vystřelené munice a zajistit i potřebnou indikaci zásahů, ale zejména učinit výcvik o mnoho zábavnější a tak zajistit potřebnou dlouhodobou pravidelnost a intenzitu tréninku. Jde (tak jako v jiných oborech) o nácvik na trenažérech. Těch se pro střeleckou oblast vyskytuje v současnosti velká řada. Liší se nejen svými vlastnostmi, ale také dostupností a cenou. Samozřejmě nejlepší podmínky pro rozvoj střelce mohou poskytnout velké projekční střelnice (s mnoha režimy a funkcemi). Ty jsou ale pro většinu lidí málo dostupné.

Existují však i zmenšené varianty střeleckých simulátorů, které se díky rozumné ceně stávají velmi přínosným vybavením, přijatelným pro každodenní domácí „sušení“. Takovými jsou například i tréninkové prostředky firmy APEOM (obr. 67). Nevelká souprava se skládá z detektoru zásahů s papírovým terčem a vložné tyčinky do hlavně zbraně s laserovým zářičem. Dopad kohoutu vyše impuls laserového bodu na cíl. Terč na zásah podle nastavení



Obrázek 67

„Domácí“ simulátory umožňují střelbu vloženým laserovým zařízením s možností vizuální nebo sluchové kontroly zásahu cíle. Připojný měřič času poskytne představu o rychlosti provádění technik.

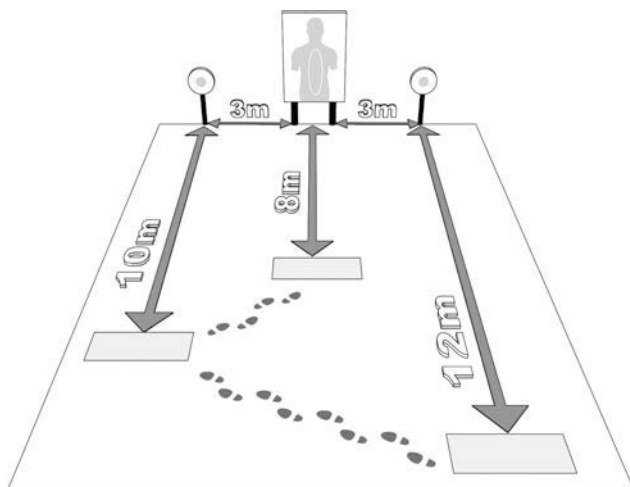
reaguje buď akusticky, nebo pádem (u některých variant se pak opět samočinně zvedá). Cena takového zařízení, které trénink skutečně usnadní, se pohybuje v několika tisících. Je velmi vhodné nejen pro úvodní nácviky mířené střelby, ale i intenzivní provádění pozdějších dynamických technik jako „zapichování“, tasení a střelbu z různých poloh. Existuje i možnost spřažení více souprav terčů do sestav pro nácvik přenášení střelby na různé cíle apod. Pro měření faktoru rychlosti je výhodné zapojit k terčům speciální timer, který vydává i startovní signál k reakci pro provedení techniky a umožňuje porovnání jednotlivých provedení. Při použití zásobníků naplněných školní municí (pozor!) je možné nacvičovat i kombinaci „střelby laserem“ s rychlým přebitím zbraně. Mnozí dále na těchto trenažérech cvičí i střelbu za pohybu a jiné náročnější techniky. Jelikož však pochopitelně zcela chybí průvodní zpětný ráz, nesmíme si časem místo zdokonalování techniky pro ostrou střelbu fixovat „trenažérové dovednosti“. Stále je proto zapotřebí sledovat a korigovat obzvláště úchop zbraně, postoj a polohu držení rukou při míření.

Pozor!

Při jakémkoliv nácviku manipulace se zbraní věnujte zvýšenou pozornost opakované kontrole zbraně. Nebyli byste prvními, u kterých se „suchý“ trénink rychle změnil na „ostrý“. Když to pak skončí „pouze“ prostřelenou televizí, je to celkem důrazným varováním. Na „suchý“ trénink můžete naplnit zásobník školními náboji. Před tím ale důsledně oddělte tuto výrazně označenou munici od ostré. Doporučujeme, aby ostrá munice vůbec nebyla v místnosti, kde se bude „sušit“. Při „sušení“ s kolegou nebo ve skupině proveďte vzájemnou a opakovanou kontrolu a sami se prohledejte, zda nemáte po kapsách skutečně žádné ostré náboje.

4.16.3 Příklad tréninkové jednotky

K realizaci pravidelného standardního tréninku nepotřebujeme zpravidla střelnici delší než 15 metrů, ale s možností střelby kdekoliv z plochy. V případě, že máme k dispozici ještě kratší vzdálenost, můžeme se přizpůsobit použitím menších cílů. Na dostatečně přínosný trénink (po nezbytné úvodní „suché“ přípravě) postačí zhruba 100–150 nábojů. Tréninkovou situaci postavíme tak, že v cílové ploše umístíme papírový terč s optimální středovou zónou (zalepovat budeme pouze okrajové zásahy, viz výše) a dva terče kovové (ideální závěsné nebo nějaké bez nutnosti stavění po každém zásahu, viz výše). Na ploše vymezíme stanoviště pro vedení střelby ze zastávek během přeběhů (pozor, minimální vzdálenost střelby na „kovy“ je 8 až 10 m). Tato označení (např. tři prkénka ve vzdálenostech 12, 10 a 8 m od cíle) musíme dát tak, aby pohyb k další hranici byl šikmý, a to vpravo i vlevo (obr. 68). S touto sestavou



Obrázek 68
Příklad standardní
tréninkové situace

můžeme libovolně provádět některé z uvedených nácviků zaměřených na základní drilová cvičení dynamické střelby. Úkolem je z každého stanoviště (vzdálenosti 12, 10 a 8 m) zasáhnout pokaždé:

- ⊙ 1× každý kov (do ověřeného zásahu),
- ⊙ 2× (dvojstřel) zvolenou zónu papírového terče.

Trénink začínáme se zbraní v pouzdře (s nábojem v komoře, případně pouze se zásobníkem ve zbraní) na nejvzdálenějším stanovišti. Startujeme na signál protimeru, tasíme a po zasažení terčů přebíháme na stanoviště na 10 m a pak na 8 m (každé cvičení opakujeme 2× po sobě pro porovnání zásahů a rychlosti provedení). Cvičení jsou zaměřena zejména na:

- ⊙ tasení a dynamické natažení zbraně,
- ⊙ co nejrychlejší zásahy zvolených cílů z různých vzdáleností,
- ⊙ přenášení střelby na více terčů,
- ⊙ rychlé přeběhy se zbraní,
- ⊙ zaujímání poloh stoj, klek, leh,
- ⊙ výměnu zásobníku za pohybu,
- ⊙ upevňování zásad bezpečnosti v podmínkách dynamického provedení.

Varianty provedení:

- ⊙ 3× vstoj,
- ⊙ 3× vkleče,
- ⊙ vleže na břiše (pozor při vstávání; 12 m), vstoj (10 m), vkleče (8 m),
- ⊙ při každém přeběhu přebít zásobník,
- ⊙ papírový cíl se snažit střilet vždy za pohybu v průběhu přesunu.

Pozor!

Při pohybu mezi stanovišti a zaujímání různých poloh musíme důsledně dodržovat pravidlo o poloze prstu mimo spoušť a pravidlo bezpečného směru! Zejména u pravorukého střelce je při přesunu doleva snadné mířit zcela mimo určený směr, tj. prostor cílů.

Poznámka

Při přenášení měníme směry, jednou začínáme zprava, jindy zleva.

Pokud by střelec zasahoval cíl prakticky každou ranou bez potřebných oprav, je na tento trénink zapotřebí kolem 130 nábojů. S účinností střelby na kovy kolem potřebných 90 % by

mělo být vystříleno nanejvýš zmiňovaných cca 150 nábojů. Pro časově i organizačně ekonomický průběh takového tréninku je ideální přítomnost dvou, nanejvýš tří střelců. Při dvou až třech střelcích je čas adekvátně využit díky rychlejší přípravě rekvizit na trénink. Druhý střelec provádí měření, třetí se připravuje. Větší počet osob už je neproduktivní.

Takovýto vzorový trénink pro tři dobře koordinované střelce (bez zbytečného zalepování středových zón a bez nutnosti stavění kovových terčů – potvrzení zásahu pouze sluchem) zabere včetně přípravy kolem 1,5 hodiny (s důkladnou „suchou“ přípravou do 2 hodin). Chceme však poznamenat, že takový trénink je pouze technickou přípravou, jde o holé kombinace drillů a potřebných technik. K reálnější formě přípravy vede fáze III, orientovaná na propojení střeleckých dovedností s dalšími nezbytnými faktory a taktickými náležitostmi.

4.17 Závěrečný test fáze II

Uvedený test jsme se snažili vytvořit jako další pomůcku pro vlastní posouzení úrovně nacvičených technik. Naměřené časy jsou orientační a podle našich zkušeností odpovídají kategorii „mírně pokročilý“ (rozhodně však nepředstavují špičkové sportovní výsledky, o ty nám totiž nejde). Jedná se o tři soubory cvičení.

1. soubor

Terč – padací kovový popper(y) IPSC do strefení a spadnutí.

Vzdálenost střelby – 10 metrů.

Rozestupy postavení více terčů – 3 metry.

Výchozí poloha vstoje, ruce na boku stehén.

Poznámka: Pro objektivní posouzení je nutno výkon zopakovat úspěšně 3× po sobě.

		<i>s náb. v komoře do</i>	<i>s natažením do</i>
„Zapíchnutí“	<i>z pohotovostní polohy:</i>	0,8 s	----
Tasení	<i>z bočního pouzdra:</i>	1,4 s	1,8 s
	<i>ze skrytého nošení:</i>	1,6 s	2,0 s
	<i>z ledvinky:</i>	2,5 s	2,9 s
Tasení	<i>se zaujmutím přímého kleku:</i>	1,5 s	1,9 s
	<i>se zaujmutím lehu:</i>	2,7 s	3,2 s
	<i>s krokem do otočky:</i>	1,7 s	2,1 s
Tasení	<i>tři terče (zprava i zleva):</i>	3,5 s	3,9 s
Tasení	<i>terč, přebítí, terč:</i>	4,5 s	5,0 s

2. soubor

varianta A

Terč EPP (zvolený pro svou dostupnost), zásahy pouze do zóny 5 a 4 body.

Vzdálenost střelby – 5 metrů.

Startovní poloha vstoje, ruce na boku stehén.

Zbraň v nekrytém bočním pouzdře, počáteční stav zbraně s nábojem v komoře.

		<i>provést do</i>
<i>Tasení</i>	<i>dvě rány, trup:</i>	<i>1,8 s</i>
	<i>dvě rány, trup – jedna rána, hlava:</i>	<i>2,5 s</i>
	<i>série pěti ran, trup:</i>	<i>2,5 s</i>
	<i>dvě rány, trup – přebít, klek – dvě rány, trup:</i>	<i>4,5 s</i>
	<i>leh na záda – dvě rány, trup:</i>	<i>2,5 s</i>

varianta B

Do zásobníku si necháme kolegou připravit šest nábojů, jeden z nich je školní (ne první a ne poslední). Duhý, rezervní zásobník, pak naplníme dvěma náboji. Poté si připravíme zbraň.

		<i>provést do</i>
<i>Tasení, střelba pěti ran (odstranění závady),</i>		
<i>po vyprázdnění prvního zásobníku následuje klek,</i>		
<i>přebítí, střelba dvou ran:</i>		<i>8 s</i>

3. soubor

Papírový terč EPP.

Vzdálenost střelby – 13 metrů.

Nutno strefit alespoň zónu 4 body.

		<i>provést do:</i>
<i>Tasení</i>	<i>stoj, dvě rány – klek, dvě rány – leh, dvě rány:</i>	<i>10 s</i>
	<i>leh, dvě rány – převal stranou – leh, dvě rány:</i>	<i>8 s</i>
	<i>leh, tři rány – převal, přebítí – leh, tři rány:</i>	<i>12 s</i>

Ať dopadnete v celém testu či jeho části jakkoliv, musíte mít stále na paměti, že jde o holé časové údaje, které naprosto nic nevypovídají o dokonalosti pohybového zvládnutí potřebných technik a úrovni bezpečného provedení. Pokud nejste ještě schopni některé z těchto časových

úloh splnit, neznamená to jednoznačně nemožnost vstupu do fáze III. Ta se skládá i z mnoha složek, které uvedené dovednosti nepředpokládají. Jedním z nejpodstatnějších bodů přípravy je totiž především účinná prevence konfliktu a ta je založená na rozumu a pozornosti a nebleskovém tasení. Rozhodně není naším úmyslem navádět někoho k neúměrně rychlému, hraničnímu provedení v raném období výcviku, kdy by jakékoliv podobné testy mohly znamenat jen zbytečné zvyšování rizika pro vás i všechny kolem.

4.18 Vymezení nejnutnějších dovedností potřebných pro fázi III

Uvedeme si nyní nejnutnější dovednosti potřebné pro fázi III:

1. Zafixování zásad bezpečnosti.
2. Bezchybná příprava zbraně ke střelbě, návyk bezpečného vybití a kontroly.
3. Obě oči při střelbě výhradně otevřené.
4. Správná technika držení zbraně a základního postoje.
5. Pohybově jisté tasení zbraně a „zapichování“ z pohotovostní polohy.
6. Určitá zběhllost ve změnách režimu zamíření a rychlosti střelby podle obtížnosti cíle.
7. Průprava v přenášení střelby na více terčů.
8. Zažití správného zaujímání různých střeleckých poloh, aplikace způsobů střelby z krytu.
9. Strojové provedení bojového přebití zbraně a odstraňování závad.
10. Základy střelby ze zastávek a za pohybu.
11. Seznámení se se střelbou na překrytý a pohyblivý cíl.





5 Fáze III / Přechod k realitě

Nyní, po skončení fáze II, se již dá předpokládat určitá technická vyspělost majitele zbraně, která je snad dostačující pro účast na různých závodech v akční střelbě, ale sama o sobě může mít pro řešení sebeobránných situací jen omezenou hodnotu. Proč nám tedy vlastně nestačí jen to, co jsme dělali dosud, tedy střílet rychle a přesně za různě ztížených podmínek?

5.1 Sport versus sebeobrana

Ve sportovním pojetí dynamické střelby jde v zásadě o sportovní výkon – body a co nejkratší čas. Vymezení polohy (např. umístění zdi) nebo situace (střelba za krytem, z automobilu) jsou pouze zpestřením a technickým omezením střelců. Ti se pak ve snaze o co nejlepší výsledky pochopitelně snaží najít nejvýhodnější postup v prostoru daném pravidly (většinou). To však ani zdaleka nemusí odpovídat požadavkům na optimální provedení z hlediska taktiky pro reálné střetnutí. Je to dáno především tím, že papírové terče na nás střílet nebudou, takže například krýt se sportovní střelec bude jen tak, jak ho nutí vymezení disciplíny, případně upřesnění a požadavky rozhodčího. I pohyb je narozdíl od sebeobránného pojetí pouze co nejrychlejším přemístěním k další části úlohy, ještě s využitím času k výměně zásobníků. Takové nerozumné vyprázdnění zbraně by ale ve skutečném střetnutí mohlo být smrtelnou chybou.

Dynamické disciplíny jako IPSC (praktická střelba) jsou ale velmi účelným prostředkem k strojovému podvědomému ovládnutí zbraně a rychlému zaujímání atypických střeleckých poloh. Také jsou obrovskou školou pro nácvik bleskového přenášení na různé cíle, budování rytmu střelby na rozdílnou vzdálenost a zejména zažití striktních bezpečnostních pravidel. Nejsou však výcvikem k boji a při delší soutěžní činnosti pak u mnoha střelců mohou vzniknout některé návyky, které jsou sice výborné pro cestu na stupně vítězů, méně však pro vhodné chování během případné přestřelky.

Konec konců malý test si můžete udělat sami. Zkuste si vzít paintballovou zbraň a pak pobíhat mezi patnácti protivníky a „pobíjet je“ na čas. Je jasné, že tak pasivní jako „papíry a kovy“ v IPSC myslící živí lidé nebudou. A to i v případě, kdyby to snad byli lidé se zbraní poprvé v ruce. Úspěšného konce bojového střetnutí se takovým způsobem dožijete asi ztěží. Zmíněné sportovní disciplíny však také neaspirují na bojový systém, ale na zajímavý soutěžní způsob střelby. Krásný střelecký sport, z něhož mnoho prvků lze využít i pro další cestu k praktickému ovládnutí zbraně. Nic více, nic méně. Mnozí střelci to ví, jiným to ale nemusí být zcela jasné.

Jistě, stavět jen takové disciplíny, jaké odpovídají nejčastějším případům sebeobran-
ných situací, by bylo časem poměrně nudné (není mnoho typů „atraktivních“ bojových
střetů – okolnosti bývají ve většině skutečných událostí obvykle standardní a omezené).
Současně by také zásadně ubylo terčů, již při dvou soupeřích se naše šance rapidně snižují.
Také by se výkony ve skutečné situaci jen těžko porovnávaly, úroveň provedení je totiž
daná vzájemnými zásahy, načasováním činnosti a taktickým chováním. Jak bodovat to,
kdy vyndal dotyčný zbraň, jak zaujal kryt, jak opustil vozidlo či prohledal dům? A možná
to, jestli měl vlastně vůbec střílet. V komplexním nácviku pro „reál“ lze tedy jen těžko
soutěžit. Výsledek přípravy by byl znát prakticky až tím, zda by dotyčný přečkal konfron-
taci živ a zdrav.

5.2 Některá specifika pro střeleckou přípravu ve fázi III

5.2.1 Vybavení

Zbraň, pouzdro, příslušenství

Vše je totožné s tím, co běžně používáte, vady a specifika vybavení v souvislosti s jeho použí-
váním otestujete již při výcviku, ne až v reálné situaci. Pokud pouzdro běžně nosíte zapnuté,
měli byste pojistku nutně používat i při nácviku, při nedostatečném návyku na zapnutou
zbraň riskujete kolizi při případné potřebě rychlého tasení v opravdovém střetnutí.

Zbraň by měla být na počátku nácviku ve stejném stavu, v jakém ji běžně nosíte (náboj
v komoře, nebo pouze zásobník ve zbrani, případně nataženo–zajištěno).

Výcvikový oděv

Měl by splňovat:

- ⊙ možnost jakéhokoliv jeho ničení a znečištění při provádění potřebných technik (výcvik
nesmí být omezován snahou uchránit čistotu oblečení, prvotní musí být bezpečnost a co
nejspříhodnější provádění technik);
- ⊙ co největší podobnost s oděvem, ve kterém se v průběhu dne pohybujete v daném údobí
nejčastěji;
- ⊙ možnost zakrytí pouzdra (skryté nošení zbraně) před každou technikou tasení.

Speciální doplňky

Pokud někdy nosíte i další doplňky (např. svítilnu, balistickou ochrannou vestu apod.), musíte
občas procvičovat střelbu v kombinaci s jejich použitím.

Terče

Terče by v této fázi výcviku měly být co nejvíce podobné možnému budoucímu cíli – člověku. Preferujte fotografické a oblékací varianty terčů a především cíle, které budou po zásahu nějak reagovat a vyžadovat kontrolu po svém „zneškodnění“.

5.2.2 Doplňkové aktivity

Pokud celkovou přípravu vezmete vážně, zjistíte, že v sebeobraně situaci nebude vždy možné použít střelnou zbraň. Je proto vhodné provádět různé doplňkové aktivity. To znamená zařadit do pravidelného tréninku prvky některého z reálných systémů boje beze zbraně a také dbát na potřebnou úroveň kondiční přípravy, udržování vytrvalosti, rychlosti a ohebnosti. Stejně důležitý je nácvik využití chladných prostředků (například některého tyčového systému vhodného pro aplikaci na teleskopický obušek).

5.2.3 Hlavní zásady výcviku

Suchý nácvik

1. „Sušení“ a nácvik technik provádějte co nejčastěji s partnerem, při nácviku již musíte mít dostatečnou **simulaci soupeře – lidského cíle**.
2. Pozor! Před každým vyjmutím zbraně a namířením na partnera musí vždy dojít k nutné kontrole stavu, a to vámi i jím.

Ostrá střelba

1. Při tréninku na střelnici **mějte stále nabito** (nebo zbraň připravenou stejně jako na ulici), proto s ní ale zacházejte o to bezpečněji!
2. Dojdou-li vám na konci (či v průběhu) střeleckého cvičení náboje, nemá nikdy následovat kontrola a uložení zbraně, ale vždy rychlé bojové přebití (buď s okamžitým stažením do krytu, nebo s úkrokem stranou) a **co nejrychlejší namíření opětovně plně zbraně na cíl**.
3. Pokud jste provedli takovéto nucené přebití, dokončete danou úlohu, ale do další se nepouštějte. Důvodem je vyhnout se situaci, kdy byste se ocitli bez jediného náboje. Naplňte tedy zásobník, který jste vyhodili při výměně, a proveďte taktické přebití.
4. Každou **techniku** (i tu, která se zrovna nezdaří) vždy **zásadně dokončete**, nezačínejte nikdy s mávnutím ruky znovu – chovejte se tak, jako by šlo o nebezpečnou konfrontaci „právě nyní“, obdobný nezdar či smůla se může stát i v reálné situaci.
5. Každé cvičení skončete důslednou **kontrolou zasažených terčů** – eliminovaných protivníků, právě to vám jednou může zachránit život!

6. Pokud se stane jakákoliv závada (vyjma skutečně „dílenské“), za každou cenu **co nejdříve zprovozníte svou zbraň** a pokračujte do konce – tuto činnost můžete jednou provádět tváří v tvář nebezpečí smrti!
7. Pokud si pohovíte (tasíte bez bundy a z rozepnutého pouzdra, příp. neklekáte a neleháte si, abyste se nezašpinili a nebyli mokří), **šidíte jen sami sebe!**
8. Nepodléhejte mýtům o nových zázračných postupech a technikách některých expertů, před zařazením do svého tréninku si je třeba ověřit v souvislostech soupeřského systému, **věřte svému zdravému úsudku.**
9. Po každém výcviku byste si měli pravdivě odpovědět na otázku: **Trénuji tak, aby mohl na kvalitě přípravy záviset i můj život?**

5.3 Oprávnění – odhodlání – rozhodnutí

Přestože je oprávněnost nutné obrany jasně obsažená v zákoně, najde se nemálo lidí, pro které je její aplikace nepředstavitelná. Nejde tu o technickou a taktickou nepřípravenost, ale hlavně o chybějící oprávnění a odhodlání vnitřní. Svědectví o neschopnosti rozhodnout se k účinné akci a stále zvažování, „zda už o to jde“, neslycháme jen od zarytých pacifistů, ale nezdědka i z úst leckterých vlastníků střelné zbraně. Klasickým výrokem je: „Pistoli mám, ale kdyby o něco šlo, tak bych to asi stejně nevytáhl.“ apod. Chceme proto upozornit na některé překážky, které mohou stát v cestě rozhodnutí k oprávněné obraně, jednoho z prvních a hlavních kroků celého postupu. Bez něj je veškerá nacvičená technika i taktika jen souborem atraktivních dovedností, které se v potřebné chvíli vůbec nemusejí uplatnit.

Jako první překážku můžeme zmínit popírání reálného rizika sebeobraně situace. Vyplyvá z přirozené lidské tendence nepřipouštět si v životě existenci krajního zla. „Přepady, terorizování, vraždy, to se mi přece stát nemůže.“ Odtud pak otázky eventuálně přeživších obětí: „Proč právě já? Jak se mi to mohlo stát, vždyť jsem přece nikomu nic zlého neudělal.“ apod. Stále se doufá, že se „o to“ přeci jenom nejedná. Zkrátka nedoufejte, že je to jen zlý sen. Ztratíte drahocenné vteřiny. Situaci za vás nikdo nevyřeší, zřejmě nenastane ani nějaký zázrak a vše nezmizí, musíte se spolehnout jen sami na sebe. I když se vám tato chvíle vůbec nelíbí, musíte s ní něco dělat!

Další překážkou je nedostatečné povědomí o vlastních právech anebo slepé odmítání jakéhokoliv násilí. Dostatečné uvědomění si práva účinně se bránit nespravedlivému násilí se tváří tvář útočníkovi těžko objeví, jestliže chybělo v předchozím životě. Je výsledkem celkové, charakterové a emoční výbavy člověka, kterou budoval celé roky. Pro některé lidi bude i po deseti úderech, které je tvrdě zasáhnou, vnitřně nepřijatelné např. tasit zbraň a střílet, stále jim v mysli bude vězet otázka, zda by se vlastně oni nestali „těmi zlými“. Jiní budou inkasovat údery nebo přihlížet bití spoluobčana s nevídanou odevzdaností, věrni zásadě, že násilí se nemá odporovat násilím. Pro takto uvažující jedince sebeobraně situace, tedy situace, kdy jsou oprávnění sebe nebo druhého účinně fyzicky bránit, vlastně neexistuje. Už dopředu smýšlejí jako oběť.

V neposlední řadě je tu obava z následného legislativního a společenského postihu. Dosud zažité posuzování sebeobránných situací, které obvykle nebere ohled na časovou tíseň obránce a další aspekty této krajní situace, je jedním z hlavních důvodů, proč se např. slušný občan při napadení nedočká pomoci. Je dobré si uvědomit, že neexistuje „nikým nezpochybnitelný“ začátek sebeobránné situace. Tedy moment, kdy by vás už nikdo nemohl nařknout, že jste se neměli fyzicky bránit. Oprávněnost obrany se vždy hodnotí z hlediska nějakého pozorovatele, to znamená, že chápání celé situace bude určovat jeho názorová výbava, tvořená znalostí nebo neznalostí teorie sebeobrány, psychologickým založením a etickými zásadami, jichž se vědomě či nevědomě drží. Čekáním na moment, „až to bude úplně a pro každého zřejmé“, můžete propásnout poslední vteřiny pro účinnou obranu. Američané k tomu dodávají: „Je lepší být souzen dvanácti než nesen šesti“.

5.4 Nošení zbraně

Pokud jste se rozhodli skutečně nosit zbraň pro vlastní obranu, znamená to, že jste riziko sebeobránné situace vzali velmi vážně. Z toho vyplývá nejen přijetí nemalé dávky zodpovědnosti za zbraň jako předmět, ale i jisté požadavky na výcvik. Jak už je nyní asi zřejmé, nejde tu jen o střelecké dovednosti, ale zejména o taktickou a psychologickou přípravu. Špatně použitá zbraň může být snadno obrácena proti vám samým. V následujících odstavcích chceme uvést některé technické náležitosti denního nošení střelné zbraně. Taktice a psychologické přípravě se budeme věnovat později.

Zásadou je, aby zbraň byla nošena buď v příslušném pouzdře, nebo v ledvince. Nošení nabitě zbraně v kapse není z bezpečnostního hlediska rozhodně doporučitelné. Mezi pouzdry preferujeme taková, která nevyžadují jakékoliv složité manipulace s rozepínáním pojistky. Z hlediska optimálního tasení ve stresu se jako nejvýhodnější jednoznačně jeví samosvorné varianty. Zbraň v nich dostatečně drží a její zprovoznění je to nejjednodušší možné – zbraň uchopit a vytáhnout. Složitější varianta může zapříčinit osudový zádrhel. Někteří si proto i klasická pouzdra upravují – řemínek s patentkou odstraní a potom několika stehy silnou nití utěsní zbraň v pouzdru natolik, že drží v jakékoliv pozici a přitom jde silnějším tahem rychle tasit. Zbraň se snažíme nosit pokud možno na stejném místě. Někdy to, vzhledem ke klimatickým podmínkám a specifiku oděvu, půjde obtížně, ale cílem je, aby při rozhodnutí sáhnout po zbraní vše probíhalo zcela podvědomě bez nutnosti jakýchkoli dalších úvah. To, že jeden den máme zbraň na boku, druhý den v podpažním pouzdru a nazítří zase užijeme ledvinku, k vytvoření fixního návyku pro krizovou situaci jistě nepřispěje.

Z hlediska legislativy je jasné, že v našem případě bude zbraň nošena vždy skrytě. To zpravidla znamená překryta oděvem. O vhodnosti různých druhů oděvu jsme již krátce hovořili v kapitole o tasení. Zkrátka, pokud chceme mít možnost zbraně účelně využít, nesmíme si manipulaci s ní nevhodným oděvem zcela znemožnit. Jednou ze zásad je nikdy nezapnout bundu například na zip, vždy nejvýše na patentky, které lze v případě nouze snadno odtrhnout. Zapnutý zip, kabát nebo sako pevně zapnuté na knoflíky mohou zcela zhatit dlouholetý trénink právě v tom nejkritičtějším momentu (někteří z těch, kdo denně nosí sako i zbraň,

používají následující „fintu“ – ač má sako navenek knoflíky, je zapnuto na skryté patentky). Také pokud máme pod bundou nebo svrchníkem další oděv, který překrývá zbraň (svetr, mikina atd.), je nutné jej, zima nezima, zastrčit mezi rukojeť zbraně a tělo.

Již na počátku byste se měli pevně rozhodnout, v jakém stavu budete zbraň nosit. Kritériem by měla být nejen konstrukce zbraně a druh pouzdra, ale také systém výcviku. Jestli pak budete nosit náboj v komoře či jen zásobník ve zbrani je na vaší úvaze. V zásadě není až tak důležité jak, ale mělo by platit, že vždy stejně. Uvažovat při vzniku konfliktu, jestli máme zrovna dnes nabito nebo budeme muset natahovat, není právě nejlepší. Lehce se tak může stát, že bezúspěšně „procvakáme“ zbraň na útočníka nebo při manipulaci způsobíme neštěstí s domněle prázdnou zbraní.

Munice pro denní nošení je třeba si pečlivě vybrat a nešetřit na ni. Může na ní totiž záviset váš život. Volte pouze náboje, se kterými vaše zbraň ověřeně bezproblémově funguje. To však nelze vyzkoušet pomocí deseti pokusných ran. Co vlastně plnit do zbraně pro účinné sebeobrané užití je těžké radit. Z hlediska volby druhu a konstrukce střely jsme značně omezeni zákonem – (§ 4 b) Zák. č. 119/2002 Sb. – zákaz používání „šokových“ střel, tzn. expanzní munice s řízenou deformací, a Vyhláškou č. 370 Ministerstva obchodu o dovoleném výrobním provedení střel – celopláštové, polopláštové, olověné, pryžové, značkovací. Takže toho pro naši volbu mnoho nezbyvá. Bez zvýšené zastavovací a ranivé schopnosti „zapovězené“ munice se zřejmě budeme muset obejít, nechceme-li se dopouštět protiprávního jednání. Navíc opakované pokusy dokázaly, že i o účincích některých ze zmíněných povolených druhů panují velmi zkreslené představy (např. „mýty opředené“ polopláštové a olověné střely). Při ústředních rychlostech nejobvyklejších zbraní pro sebeobranu, tedy pistolí a revolverů (cca do 400 m/s), se v měkké tkáni (tzn. bez nárazu na kost) nedeformují prakticky vůbec. Proto většina lidí v současnosti užívá některé z kvalitních celopláštových nábojů.

Je dobré si kontrolovat každý náboj, který plníme do zásobníku. Obdobně jako při tréninku, jak jsme se tím zabývali ve fázi I. Zde o to pečlivěji, že na bezchybné funkci zbraně a střeliva může záviset naše přežití. Po nějaké době nošení (to znamená i plnění, vyprazdňování zásobníku, nabíjení zbraně) může být povrch nábojů porušený. Ohlazuje se hrany nábojnice, což může zhoršit funkci vytahovače, a škrábance značně snižují kluznost. Takový stav může zapříčinit nejednu nepřijemnou závalu. Proto čas od času vystřílejte starou užívanou zásobu a nahraďte ji novou. Tím nejen že obnovujete spolehlivost, ale také se průběžně přesvědčujete o bezchybné funkci zbraně s daným druhem munice.

5.5 Taktika

Slova taktika a taktický se v poslední době stávají velmi populárními. Ačkoliv mají svůj přesný význam, jsou často využívána jako komerční zaklínadla, lákající zákazníky na „magii“ speciálních jednotek. Co však skutečně je taktika? Náplní jakékoliv taktiky jsou co nejoptimálnější způsoby použití technických prostředků (ať jde o techniky boje beze zbraně nebo střelecké dovednosti). Stručně řečeno technika říká, co použít, a taktika, kdy to použít. Je dosti roz-

šířen nebezpečný omyl, že nejdůležitější je umět střílet a pak se uvidí, protože bude stejně všechno jinak. Tento názor vychází buď z mimořádného fatalismu blízkého ruské rulety, nebo z myšlenkové lenosti. Přes nespornou rozdílnost situace tréninkové a bojové je tu i mnoho významných podobností. To dává oprávnění k vytvoření určitých schémat řešení s cílem o něco zmenšit nutnost improvizace v časové tísní reálné bojové situace.

Taktická příprava se týká především těchto úseků:

- ⊙ prevence a předcházení vzniku rizikových situací,
- ⊙ vytvoření co nejvýhodnějších podmínek na počátku střetnutí,
- ⊙ optimální reagování na změny vývoje,
- ⊙ zajištění nutných úkonů po skončení situace.

V každém z těchto bodů se lze dopustit fatální chyby, která může přivést vniveč zvládnutí eventuelního předchozího úseku.

5.5.1 Prevence a předcházení vzniku rizikových situací

Předvídaní

Kritickou otázkou sebeobrany je, „kde vzít čas?“. Odpovědí může být jiná otázka, totiž „kde a jak čas ztrácíme?“. Což lze převést na otázku, „kdy pro nás situace začíná?“. Jestliže situaci začínáme řešit až po ráně klackem do hlavy, tak rozhodují zlomky vteřin a naše šance je mizivá. V tu chvíli můžeme být střelci přímo virtuózními, ale je nám to velmi málo platné. Nedávný případ, o kterém jsme slyšeli, tyto skutečnosti jen potvrzuje. Dotyčný s sebou denně nosil zbraň, se kterou poměrně často a realisticky trénoval. V rozhodující situaci ale svoji přípravu na konflikt rozhodně nezúročil. Prostě neproběhlo to jako na střelnici – na 10 metrech je jasný útočník, já tasím zbraň a rychle a přesně zasahuji. Zamyšleného jej v noci na opuštěnější cestě překvapivě napadl kolemjdoucí. Poté, co inkasoval tolik ran, že zcela zapomněl, kde má vůbec zbraň, byl okraden o nesený kufřík. Nakonec mohl být rád, že nepřišel nejen o skrytou pistoli, ale i zdraví a případně život. Co tedy dělat, abychom se pokud možno neocitli v podobné situaci? Odpověď je zdánlivě prostá: předvídat. A pokud možno začít situaci řešit dříve, než nabude konfliktní podoby nebo dokonce její nejhorší varianty, násilného střetnutí. Jde o to vědět, že by se mohlo bojovat ještě dříve, než se skutečně bojovat začne.

Srovnajme si to s jinou, pro moderního člověka velmi nebezpečnou situací, kde jde ne- zřídka o zdraví a životy, přitom však všední záležitosti – řízení automobilu. Pro zvládnutí ovládání vozidla v rušném městském provozu nemusíme nikomu vysvětlovat, proč je nutné se snažit dopředu předvídat určité rizikové momenty. Každý, kdo chce ve zdraví dojet v silniční džungli plné agresivních „riskérů“ a nebezpečných nešiků, to totiž musí permanentně dělat. Mysl každého je automaticky zaměřována spoustou nepatrných detailů, které však mohou v nejbližší moment sehrát klíčovou úlohu. „Nevjede mi tam ta oktávie? Co je za tou zatáčkou?

Ví ten motocyklista, že je na vedlejší?“ Takovéto uvažování a z něj vyplývající preventivní opatření nikomu osvětlovat nemusíme.

Proč tedy někdo nevnímá jiná rizika? Zvláště pohybujeme-li se tam, kde je riziko napadení vyšší – ve „vyhlášené“ čtvrti nebo na opuštěných místech, jako jsou mosty, parky, lesíky apod. Zejména za tmy, v nočních hodinách bychom se měli snažit neustále předjímat, co by se mohlo stát. Uvědomit si, co bychom dělali a jaké prostředky máme k obraně a kde. Někdy se tomu říká hra na to, „co bych udělal, kdyby...“. Tak jako to hlavou běží i při obyčejnějších situacích. „Co chce vlastně ten člověk, co si říká o cigaretu? Ten muž, co jde za mnou chodbou na záchod, se mi nějak nezdá! Proč si ta osoba v prázdné tramvaji sedla těsně za mě? Má důvod mě ten podezřelý „typ“ neustále pozorovat?“ Je to vlastně neustálé podvědomé monitorování okolního světa. Proč se každý, kdo chce přejít frekventovanou vozovku, opatrně rozhlédne? Každý jistě automaticky odpoví – aby se mu nic nestalo. Dobrá, proč ale na liduprázdných místech lidé často vůbec nereagují na cizí přítomnost za sebou, nenahlíží do rohů, koutů a míst potencionálních úkrytů pro útočníka? Víra, že mě se to nestane, a pohodlnější přemítání o všedních denních starostech a zájmech je zřejmě přirozenější a přijatelnější než pro mnohé „takový podezřívavý přístup“.

Tím, že jste se ale rozhodli pořídit si zbraň a nosit ji, jste se prakticky zařadili do skupiny „těch opatrnějších“. Zřejmě jste usoudili, že svět kolem může být i nebezpečný. Mimo jiné je třeba mít v patrnosti dvě věci. Za prvé to, že máme u sebe zbraň, neznamená, že si můžeme dovolit více riskovat a pouštět se někam, kam bychom jinak nešli, a za druhé, že samotná zbraň za nás vše neudělá. Nestačí ji jen nosit a občas střílet na střelnici. To je jen malá část ovlivňující náš úspěch. Tím úspěchem myslíme to, že jednou nebudeme ležet krvácející na zemi my, ale útočník.

Jak tedy nejspolehlivěji přežít ozbrojený konflikt? Nejlepším způsobem je do žádného se nikdy nedostat.

„Ten druhý“

Součástí prvního taktického úseku – předvídání a předcházení konfliktu – je také alespoň povšechná představa o možném soupeři. Následující odstavce mají být určitým poukázáním na tento aspekt prevence.

Výběr oběti – na rozhodnutí potenciálního útočníka prokazatelně působí znaky chování a vzhledu druhých osob, které vědomě nebo intuitivně vyhodnocuje a na jejichž základě vybírá vhodnou oběť. Například:

- ⊙ slabší fyzický vzhled,
- ⊙ známky nepozornosti (např. telefonování z mobilu, čtení novin, poslouchání walkmana atd.),
- ⊙ nejisté vystupování (váhavost, nerozhodnost, projevy strachu),
- ⊙ nápadné zavazadlo,
- ⊙ draze vypadající oděv,
- ⊙ manipulace s větším obnosem peněz,

- ⊙ ženské pohlaví,
- ⊙ vyšší věk,
- ⊙ osamocenosť,
- ⊙ ačkoliv je to pro někoho možná překvapivé, i chlubení se zbraní se může stát příčinou napadení.

Co o vás potenciální útočník zřejmě ví nebo předpokládá?

1. Že je pro vás tato situace nezvyklá a proto ji nebudete umět řešit.
2. Že má proti vám časovou výhodu v rozběhnuté útočné aktivitě. Očekává u vás vznik úleku, strnutí, ústupu nebo jiné podobné reakce.
3. Že vám záleží na mínění okolních lidí a že tedy nechcete být považováni za násilníky, křiklouny nebo hrubě se chovající lidi.
4. Že pravděpodobně budete váhat s fyzickým útokem a zvažovat jej, abyste neublížili „nevinnému“. On se na rozdíl od vás o to, jak moc ublíží, nestará, nebo chce ublížit maximálně.
5. Že se budete snažit nezranit nezúčastněné osoby. Zatímco on si s tím rozhodně hlavu nedělá.
6. Že z hlediska svědků není jednoduché poznat (a zpětně se dopátrat), „kdo za co může“. Zkušení gaunerů jsou přeborníky v tom, udělat ze sebe před svědky nakonec oběť v situaci, kterou sami vyprovokovali a ve které vás poškodili.

Několik poznámek k psychické přípravě

Je dávno známou pravdou, že úspěšné vyřešení sebeobrané situace je z 80 % dáno psychologickým stavem, význam techniky a taktiky nepřesáhne zbylých 20 %. Co je optimální psychologický stav a jak se do něj rychle dostat, to již tato poučka neříká. Popravdě řečeno, odpověď na tuto otázku asi jen tak nenajdeme, a když, tak v jen velmi obtížné uskutečnitelné podobě. Je možné si ovšem položit i skromnější cíl, a sice jak zcela psychologicky neselhat, jak v jedné vteřině nezhodit naučené taktické a technické postupy. Psychickému selhání v bojové situaci je již desítky let věnována rozsáhlá diskuse a panuje jasná shoda v tom, že jednou z hlavních příčin je tzv. poplachová reakce. V některých zahraničních systémech bojové střelby je pak patrná snaha vyřešit dvě základní otázky:

1. Jak alespoň o něco zmírnit riziko poplachové reakce?
2. Jakou najít střeleckou techniku, aby byla co nejvíce „stresuodolná“?

Následující odstavce se věnují první otázce, druhý bod byl probírán ve fázi II.

Co je poplachová reakce?

Mezi našimi smysly a centrem emocí v mozku existuje přímý spoj. To znamená, že např. k pocitu strachu může dojít dříve, než si plně uvědomíme důvod. Ještě horší je, že můžeme

začít již i jednat (často zkratově). Zapojení mozkové kůry k plnému uvědomění a zhodnocení bude následovat až poté. Jeden z nejsilnějších druhů podnětů, které mohou být našemu prastarému emočnímu centru nabídnuty, jsou signály ohrožení. Tím, že jde vývojově o velmi starou oblast mozku, je bohužel zastaralá i jeho reakce. Je to ona známá reakce „boj nebo útěk“. Ovšem boj na té neprimitivnější úrovni, kam rozhodně nepatří zacházení se střelnou zbraní, ale ani „sofistikované“ techniky nějakého bojového umění. Poplachová reakce má pak na svědomí takové nepříjemnosti, jako je již zmíněný pocit strachu nebo až paniky se zkratovitým a iracionálním chováním, třes rukou, zrychlené a silně pociťované bušení srdce, zpotení, tuhnutí svalů a v neposlední řadě ve všech příručkách o obranné střelbě skloňované tunelové vidění. Tyto informace samy o sobě působí dost beznadějně, znamenalo by to, že v okamžicích náhlého ohrožení, ať jsme cvičili cokoliv, zůstaneme odkázáni na bojové způsoby kdejaké opice.

Nejlepší zbrání je rozum

Naštěstí mezi mozkovou kůrou a centrem emocí funguje oboustranná komunikace. To znamená, že rozum může naše emoční centrum už dopředu nějak usměrňovat. Ovšem za předpokladu, že předejdeme náhlému překvapení. Klíčovým momentem je tedy být pozorný k situaci kolem sebe, mít vytvořený předběžný plán a začít s řešením dříve, než přeroste naše schopnosti a ovládne nás strach. Nemá to ovšem být ustrašená pozornost dítěte, které jde v noci na záchod a bojí se bubáků. Spíše klidná, volně plynoucí pozornost, připravená věc řešit na základě nacvičených dovedností. Tady si ovšem musíme říci, že úplně stejným nepřítelem jako ustrašenost by bylo dychtivé bojové nabuzení. Mohlo by se totiž stát, že bychom sáhli po zbrani při prvním nápadnějším impulsu. V pozdější situaci by se nás zase mohl zmocnit lovecký instinkt nebo „syndrom Superman“, který by nás mohl přivést do neopodstatněného rizika, případně pletek se zákonem. Jestliže se tedy situace včas zhodnotí rozum, nemusí se poplachová reakce projevit v tak bouřlivé podobě, že zcela zahodíme naučené dovednosti.

Teorie nestačí

Z toho, co jsme si řekli, vyplývá nezbytnost cvičení a zkušeností ze situací, které sebeobranou situaci budou co nejvíce podobné. To je, myslíme, naprosto srozumitelný odkaz na důležitost a hlavně nezastupitelnost soupeřských cvičení, využívání projekčních střelnic a střelbě s různými druhy psychické zátěže.

Postupné psychické vyladění – barevné režimy

Na základě obrovské praktické zkušenosti s bojovými situacemi a přípravou mnoha střelců vytvořil J. Cooper, legenda moderního pojetí bojové střelby, způsob postupného psychického vyladění, který je široce znám jako metoda barevných režimů. Cooper zkrátka vyzoroval to, co následně věda potvrdila: včasnou vědomou pozorností a průběžným vyhodnocováním rizika je možné snížit pravděpodobnost rozvoje poplachové reakce (samozřejmě za předpokladu, že díky výcviku víme, jak si s eventuelním rizikem poradit). Není to samozřejmě metoda absolutní, je to jen určitá pomůcka, kterou se nemusí podařit vždy realizovat.

Bílý režim je stavem nepozornosti a relaxace. Pozornost není zaměřena na hodnocení okolí z hlediska možné hrozby. Takový stav zachováváme, např. když jsme doma, víme, že se nemusíme mít před ničím na pozoru. Je jedno, zda spíme, hledíme do knihy nebo se díváme televizi, prostě nesledujeme situaci kolem sebe z hlediska potenciálního ohrožení. Když manželka bere do ruky paličku na maso, nepřemýšlíme o tom, jestli to není na nás. Pokud se zmýlíme v odhadech nebo se staneme předmětem zájmu nějakého šílence, který náhle vylomí dveře bytu, je málo pravděpodobné, že bychom stihli rychle a účinně zareagovat. Obdobně budeme-li tento režim zachovávat při chůzi setmělým nechvalně známým parkem u nádraží, jsme velmi snadnou kořistí i pro nepříliš zdatného soupeře, a to jen díky momentu překvapení.

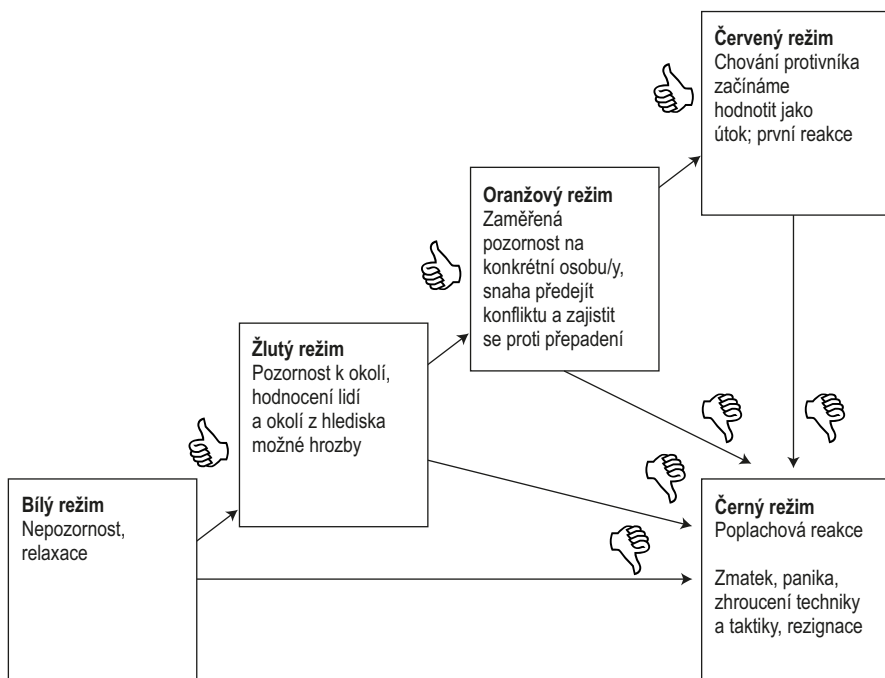
Žlutý režim je stav uvědomělé pozornosti k okolí z hlediska možné hrozby. Cílem je snažit se zachytit nejčasnější signály eventuálního nebezpečí a vytvořit podmínky pro to nejméně rizikové řešení – vyhnout se konfliktu. „Naběhnutí“ žlutého režimu je výsledkem změny situace a jejího hodnocení. Víme, že se dostáváme do prostředí, kde by se mohlo nějaké riziko vyskytnout. Jdeme například noční ulicí. Nevidíme sice nikoho, kdo by se k nám přibližoval, ale jsme si vědomi toho, že noční ulice je místem, kde je riziko napadení vyšší. Z toho se odvíjí i to, jakou pozornost budeme věnovat lidem, které spatříme. Už zde je ovšem výhodné pokusit se dodržovat takové postupy, abychom na reakci na náhlou změnu situace měli co nejvíce času. Sem například patří to, abychom předešli situaci, kdy se k nám na ulici na těsnou vzdálenost přiblíží nějaký pobuda žádající o drobné. Je obvykle výhodné pohybovat se a stát tak, abychom měli co největší přehled o prostoru kolem nás. K tomu může pomoci i využívání různých odrazových ploch, jako jsou výlohy, nebo dále zmiňovaná zásada nesedět ve veřejných zařízeních zády k prostoru možné hrozby apod. J. Cooper navrhl jednoduché cvičení. Dejme si úkol, že se k nám nikdo nesmí přiblížit, aniž bychom o tom nevěděli. Za každé selhání si dáme X. Pokud si všimneme včas, skórujeme 0. Až dosáhneme měsíce bez X, tak jsme cvičení zvládli.

Oranžový režim. Zde už je pozornost zaměřena konkrétním směrem a v hlavě již máme, nebo se v ní tvoří scénář jednání „co kdyby“. Zaregistrovali jsme velmi podezřelou osobu nebo skupinu, můžeme s nimi mít už i slovní kontakt. Pokud je to možné, pokusíme se vhodně vyhnout fyzickému konfliktu. Od nenápadného přejítí na druhý chodník až po složitější postupy, kdy se snažíme slovně ovlivnit jejich emoční stav. Počítáme ale s tím, že se to nemusí podařit. Zásadou je sledovat ruce podezřelé osoby, ruka, která je za tělem či za oděvem, může již svírat zbraň.

Červený režim. Přechod z oranžového do červeného režimu je výsledkem chování podezřelé osoby. My jsme se v předchozí situaci snažili podniknout kroky k odvrácení fyzického konfliktu a ztížení případného útoku proti naší osobě. Další, stupňující se akce druhé strany (např. zkrácení vzdálenosti, sáhnutí pro zbraň) lze již mnohdy hodnotit jako útok, a to znamená boj. Neexistuje moc lidí, kterých by se v takové situaci nezmocnil strach. Akceptovat

jej, ale snažit se dál efektivně fungovat nemusí nutně vyžadovat hrdinství. Měli bychom se snažit „zhluboka dýchat“ a získat místo obav zdravý vztek na protivníka, který si dovolil nás napadnout. Zaměříme se na vítězství. I zoufalý boj o přežití a žití je lepší než jalové stěžování si, jak špatná je situace, nebo litování sebe sama. Právě na takovou situaci jsme možná dlouho a poctivě trénovali.

Černý režim. Z každého z uvedených režimů ovšem můžeme vlivem neočekávaných okolností spadnout do stavu psychického i fyzického selhání, kterému říkáme černý režim. Čím méně připravené nás sebeobránná situace zastihne nebo čím neočekávanější, tvrdší a úspěšnější bude jednání útočníka, tím je to pravděpodobnější. Černý režim je stavem zmatku, paniky, rezignace, zhroutení techniky a taktiky a dalších podob selhání. Těžko nám dá protivník čas na nápravu.



Dlouhodobě hrozící útok

Tyto odstavce mají být pouze hrubým a všeobecným nastíněním některých hlavních zásad pro situaci, kdy vám hrozí z nějakých důvodů velmi reálné, ale zatím nekonkrétní nebezpečí. Jde o snahu o řešení jedné z nejsložitějších životních situací, která již vlastně odpovídá

dlouhodobě udržované hranici mezi zmiňovaným oranžovým a červeným pohotovostním režimem. Je jasné, že taková situace je tak vypjatá, že není možné ji moc dlouho vydržet. Může se jednat o potencionální akt msty, anonymní výhrůžky apod. Tedy situaci, která ještě není bojem, ale už je třeba uzpůsobit chování tak, abychom pokud možno měli šanci předejít očekávaným „potížím“. Od zmíněného banálního přejití na druhý chodník až po poměrně rozsáhlý a omezující soubor opatření, který se třeba nebude týkat jen nás, ale i vaší rodiny.

Nutno ale připomenout, že i komplexní a profesionální ochrana, kterou disponují státní složky, může v krajních případech selhat. Jako osamělý jedinec tedy máte před promyšleným a profesionálním útokem jen omezené šance. Cílená příprava a preventivní chování může ovšem riziko nečekaného přepadu do jisté míry snižovat a omezovat možnosti případných útočníků. Je také třeba vést v patrnosti, že čím větší míra ochrany, tím je jedinec více omezen ve svých aktivitách. Míra bezpečí může být určena i investovanými prostředky. Důkladná ochrana zkrátka může vyžadovat nemalé finanční výdaje. Nakonec si uvedeme alespoň několik všeobecných rad pro ty, kteří se ocitnou v nějaké dlouhodobější formě ohrožení a nemají zrovna prostředky na stálý tým bodyguardů.

- 1.** Maximálně si zabezpečte domov dle finančních dispozic (zámky, čidla, kamery, bezpečnostní fólie v oknech apod.), doma mějte připravené i další zabezpečení jako hasicí přístroj apod.
- 2.** Nechodte doma příliš k oknu, používejte závěsy, nesaďte nechráněni např. na balkonu atd.
- 3.** Pro všechny případy budete zřejmě stále muset nosit nejen zbraň, ale i další obtížné „harampáď“ (např. svítilnu, teleskopický obušek, rezervní zásobník; *obr. 69*).
- 4.** Pokud možno se vyhněte používání světlého nebo nápadného oblečení.
- 5.** Obuv noste pouze takovou, která umožňuje rychlý běh a tichou chůzi.
- 6.** Jestliže máte oční vadu, dejte přednost nošení kontaktních čoček před brýlemi, které by mohly spadnout a způsobit zneschopnění.
- 7.** Nikdy si doma nezapomeňte funkční mobilní telefon s nabitou baterií – bude možná vaší jedinou a poslední šancí na přivolání pomoci.
- 8.** Pokud je to pro vás dostupné, pořiďte si vhodnou a decentní balistickou ochrannou vestu.
- 9.** Kontrolujte vozidlo a jeho okolí před odjezdem – hledejte známky cizí manipulace, po zjištění znepokojujících okolností (např. násilné odemčení) nenastupujte a ne-startujte.
- 10.** V automobilu během cesty zásadně nikomu nezastavujte, během cesty si zvykněte být uzamčení.
- 11.** Zvyšte svou pozornost zejména na místech, kde se pravidelně denně musíte vyskytovat, a to zejména při příjezdu (domov, zaměstnání).
- 12.** Buďte opatrní v místech s velkou hustotou lidí, kde hrozí velké riziko nepozorovaného přiblížení potencionálního útočníka nebo i snadného použití jakékoliv (i chladné) zbraně.

- 13.** Omezte obvyklé činnosti v rizikových místech nebo při nich alespoň dbejte maximální ostražitosti (např. pravidelné běhání v blízkém lese, obvyklá cyklistická trasa apod.).
- 14.** Při denním cestování si zvykněte vhodně a nenápadně se kontrolovat, zda nepostřehnete znaky sledování, všimněte si opakujících se lidí a automobilů.
- 15.** Ve veřejných zařízeních zásadně nesedíte zády k exponovanému prostoru, pozor na nutné cesty na zařízení jako WC apod.
- 16.** Měňte obvyklé denní stereotypy (např. nakupování, tréninky, trasy cest, návštěvy podniků a přátel).

V neposlední řadě: Při již přímé a reálné hrozbě se neostýchejte kontaktovat státní orgány. Nehrajte si zbytečně na neohroženého filmového hrdinu, frajeřina do sebeobranu nepatří a sebevědomí má své meze. Mějte na paměti, že akční hrdinové neumírají jen ve filmech.



Obrázek 69

V některých extrémních situacích se nemusíme vyhnout nošení nadstandardního vybavení k obvyklým předmětům denní potřeby – tj. klíčům, peněžence, dokladům, telefonu apod. Nejde však jen o zbraň a druhý zásobník, ale i o ochrannou vestu, teleskopický ocelový obušek a svítilnu.

Ochranné balistické vesty

Z hlediska preventivních opatření pro velmi mimořádné situace bychom se měli zmínit i o problematice ochranných balistických prostředků. Existuje totiž nemálo velmi zkreslených představ, které prostředky jsou vhodné a do jaké míry odolné, případně co může následovat po našem eventuelním zásahu.

V našem opakovaném testu, ve kterém střela 9 mm Luger byla zastavená „měkkou“ vestou třídy II na živém člověku, způsobil zásah „pouze“ řádnou krvavou podlitinu. Projektil byl vystřelen ze vzdálenosti 1,5 m a prošel dvěma vrstvami kevlaru. Zasažený člověk, který neodletěl jako v akčních filmech a neměl ani zlomená žebra, byl ihned po zásahu schopen tasit zbraň a případně opěťovat střelbu. K zastavení projektilu dochází díky průhybu vláken, deformaci projektilu a elasticitě lidského těla.

Při nárazu střely na vestu je zde několik faktorů, které mohou zapříčinit, že projektil „měkkou“ vestou pronikne. Jmenujme především její zašpičatělý tvar, nedeformovatelný materiál a vysokou rychlost střely. Takové vlastnosti v praxi má většina munice do dlouhých zbraní a střely s ocelovým jádrem do krátkých palných zbraní. Proti této munici by vesta musela být již vybavena tzv. balistickým štítem. Jde o neforemné desky, které bývají běžnou součástí těžkých nekrytých nošených vest armádně-policejních složek.

Pro běžného soukromého uživatele, který si chce vestu pořídit, zpravidla stačí odolnost proti nejběžnějším druhům krátkých zbraní. Dostačujícím zřejmě bude bezpečné zachycení střel jako 7,65 Brow, 9 mm Makarov, 9 mm Luger, .357 Mag, což odpovídá třídě odolnosti II A americké normy NIJ (třída 3 ČSN). Podle světových statistik, které vycházejí z doložených případů „z ulice“, právě vesty této třídy bezpečně zachytily přes 90 % zásahů (*obr. 70*). Někteří uživatelé by ale chtěli vestu, která vydrží všechno. Ta však neexistuje a pokud by existovala, těžko by ji někdo chtěl nosit. Zkušenosti hovoří jasně – čím je vesta těžší a nepohodlnější, tím méně bude užívána. Důležitým hlediskem je pro soukromého uživatele zejména možnost skrytého nošení (absolutně skryté nošení vesty i nejnižší třídy odolnosti pod letním tričkem je ale spíše utopií). Ochrana také nesmí omezovat při klíčových činnostech pro sebeobranu a nejběžnějších denních činnostech (např. úchop zbraně obouruč nebo volantu v autě). Rozdíly výrobků nejrozličnějších firem na trhu jsou spíše cenové než kvalitativní. Vnitřek totiž bývá v podstatě materiálově shodný a stupeň odolnosti je dán smluvní normou. Odlišnosti jsou většinou jen ve způsobu ušití, důmyslnosti střihu a vrchním materiálu.

Další otázkou je vybavení tzv. antitrauma vrstvou. V americké normě je u nejllehčích vest povolen průhyb po zásahu do 40 mm, v evropských normách pak do 25 mm. Existují různé názory o následcích nárazu zachycené střely. Jedni tvrdí, že tělesná ochrana by měla pouze zastavit střely (ostatní je tedy pouze na úkor váhy a pružnosti vesty), druzí tvrdí, že náraz a vzniklé pohmožděniny ze zásahu prý mohou způsobit vnitřní poranění, např. poškození a zástavu srdce nadměrným průhybem (to však nebylo např. ve statistikách FBI zaznamenáno). Tento problém je někdy řešen speciální vrstvou – měkký vycpávkou pod ochrannými vrstvami.

Dalším přídatným vybavením může být zesílení ochrany i proti bodným zbraním. I moderní tělní chrániči totiž nemusí být dostatečně odolní např. proti čepelím jehlicovitého tvaru. Může dojít k roztažení vláken a průniku hrotu. U některých vest se proto vyrábí doplňkové



Obrázek 70

Přítomnost balistické ochrany pod oděvem může znamenat pouze modřinu místo ohrožení života. Nepohodlnost a výdaj pak může být jen malou daní za přežití. Přestože testovaná vesta na obrázku by neznamenal výrazné omezení běžné činnosti, zadrží projektily absolutní většiny nejběžnějších krátkých palných zbraní. Střely z poměrně výkonné zbraně ráže 9 mm Luger končí „neškodně“ zdeformované v prvních vrstvách kevlaru.

zesílení odolnosti. Pro běžného uživatele je to ale jen na úkor zvýšení hmotnosti a omezení pohodlnosti. Běžnou vestu třídy II však útočný nůž například probodl cca 30 mm skrz. Rána byla vedena shora plnou silou – takové bodnutí by v běžném pouličním střetnutí bylo jen obtížně proveditelné. Pokud by však výsledkem konfliktu bylo pouze takové škrábnutí, nositel ochrany by mohl být spokojen.

5.5.2 Vytvoření co nejvýhodnějších podmínek na počátku střetnutí

První naše kroky by měly směřovat k zajištění proti případné akci útočníka (přepadem se zabýváme níže). Součástí toho je obvykle příprava na rychlé použití zbraně. Snažit se vždy bránit ozbrojen patřívá mezi základní taktické požadavky. Patří sem např. odhrnutí oděvu, rozepnutí pouzdra anebo již i úchop zbraně v pouzdru. Tato výchozí pozice je rychlou dostupností zbraně porovnatelná téměř s aplikací pohotovostní polohy. Přitom na nikoho nemíříme, zbraň jsme nevytáhli a kdykoliv můžeme rukojeť zbraně pustit bez toho, že by nám překážela, pokud se rozhodneme situaci řešit jinými prostředky. Tyto pohyby se ale snažíme provádět co nejmeně transparentně a rozhodně ne v průběhu komunikace s podezřelou osobou. Mohlo by to vést k naprosto zbytečné eskalaci situace, která dosud byla pouze nedorozuměním,

a naši dost čitelnou akcí by si dotýčný pravděpodobně vyložil jako útok proti své osobě, na který bude reagovat. V této situaci se snažíme mít již stále povědomí o nejbližším krytu. To znamená, že vždy vím, pokud hrozí „něco velmi nepříjemného“, za kterým krytem spolu s tasením zbraně mohu zmizet.

Jiná, o mnoho horší, je situace, kdy jsme se stali obětí přepadu a útočník provedl svou akci ještě dřív, než jsme si vůbec stihli uvědomit, že nám cokoliv hrozí. I při maximální snaze o prevenci se takové situaci nedá zcela zabránit. Pak je každá rada drahá a naší nadějí je, že útok nebyl dobře provedený a díky tomu jsme schopni ještě nějak pokračovat. V této extrémní situaci rozhodují vteřiny a desetiny vteřiny. Zde neexistuje žádná zaručeně spolehlivá rada, jen skromné doporučení reagovat tou nejrychlejší a nejúčinnější akcí, jaké jsme schopni. Půjde-li o odvalení se do krytu nebo tasení zbraně, případně jen o tvrdý úder, to se odvíjí od konkrétních okolností situace. Každému je asi zřejmé, že po takovémto překvapení se opravdu těžko hodnotí situace a mobilizují síly.

Schémata dalších postupů

V tak zásadních a nebezpečných situacích jako sebeobrana, kdy je na adekvátní reakci mnohdy jen neuvěřitelně krátký okamžik, je již většinou velmi obtížné cokoliv vymýšlet. Naše vědomí bude pod značným tlakem vyplývajícím z nebezpečí nastávající (či probíhající) situace. V reálné situaci se bez zažitých scénářů (zahrnujících hrubou osnovu našich reakcí na jednání soupeře) nejčastěji již nic nevymyslí nebo vážně chybuje. Zafixování těchto postupů je větší komplexní příprava – střelecké, soupeřských systémů i tématických modelových situací. Možný „krizový scénář“:

1. Pokusit se o zastavení protivníka užitím hrozby.
2. Provést dostatečně účinnou akci jako první (střelná zbraň, chladná atd.). Pokusit se o to jde jen za určitých okolností, které se odvíjejí od reakčních dob (a samozřejmě zákonné přiměřenosti). Každý si musí sám vyzkoušet, co je pro něj dostupné, a podmínky aplikace ověřit na trenažérech a v soupeřských systémech.
3. Tlžit vlastní zásah. Konkrétní postup se liší podle mnoha okolností. Zde se budeme pro omezený rozsah práce zabývat pouze případem útočníka pravděpodobně ozbrojeného palnou zbraní. Patří sem (seřazeno podle výhodnosti):
 - zaujetí krytu,
 - rychlý boční pohyb, změny poloh atd. (pokud jsme zastiženi na otevřeném prostanství).

Problematika „hrozby zbraní“

Hrozbou zbraní se obvykle rozumí pokus o zastavení protivníka pomocí „trochu nezvyklé“ komunikace – povelů v kombinaci s namířenou zbraní. Cílem může být například zamezení přiblížení útočníka s chladnou zbraní či snaha o zabránění útěku (např. znehybněním) přistiženého pachatele trestného činu až do příjezdu zavolaných policistů. V následujících odstavcích chceme upozornit na některé problémy hrozby zbraní a dát tak podnět k tomu,

aby si každý sám za sebe zvážil, zda je pro něj tato eventualita řešení vůbec použitelná. Náš pohled vychází spíše ze zkušenosti a bere ohled na soudní a společenské klima v našem státě, než že by věc hodnotil z hlediska ideálního taktického požadavku.

I když částečně má hrozba zbraní určité právní zastřešení²², může být taková činnost velmi problematická. Nedá se zde v žádném případě jak právně, tak ani technicky a psychologicky hledat souvislost s podobným úkonem realizovaným příslušníky policie. Namíření zbraně na podezřelou osobu či vyjmutí zbraně např. jako reakce na pouhé verbální napadání může být nejen rizikovým balancováním na hranici zákona, ale také hrozí, že potenciální násilník zvedne ruce a řekne: „Tak střílejte, všichni vidí, že mám prázdné ruce! Koukej to schovat!“. Pak může dojít až k nám a hrozí zápas o zbraň. To však není při jeho přibližování ještě zřejmé. Chůze směrem k nám ještě přeci není nijak trestná. Jde o velmi nepříjemné a ne zrovna lehce řešitelné situace s problematickými legislativními výklady.

Ani zastavit prchajícího pachatele nemusí být ničím jednoduchým. Hulákání „Stůj nebo střelím!“ na někoho, kdo odnáší po vloupání do našeho bytu či firmy určitý majetek, se nemusí setkat s pražádnou odezvou. Co pak dělat? Střílet? Výklady mohou být různé, ale soud pravděpodobně těžko uzná za opodstatněné použití zbraně, když budeme stát nad zastřeleným výrostkem, který má v ruce naše autorádio. Na takovou formu ochrany majetku si společnost asi nezvykne. Těžko říci, jaká škoda by musela vzniknout, abychom mohli v podobné situaci zbraň legálně použít. Univerzální rada neexistuje. Posudky soudních zalců a názor soudu pak rozhodne o našem osudu.

Ukvapená hrozba zbraní může být u některých lidí projevem paradoxní reakce – použijí zbraň, aniž by byli rozhodnutí ji skutečně použít. Jinými slovy zbraň vytáhnou a doufají, že tak zamezí tomu, čeho se v hloubi duše obávají – střelbě na živého člověka. Právě na to může zkušený gauner „hrát“. Někteří proto razí názor, který ale z hlediska práva i taktiky nemusí být také zdaleka něčím optimálním: „Zbraň vyndejme až tehdy, když jsme ochotni a schopni střílet“. V rozběhlé situaci se totiž zbraň zpět do pouzdra ukládá velmi těžko, některé věci zkrátka jen tak vzít zpět nelze.

Neprodlené zaujmutí krytu

Reakcí napadeného je obvykle snaha o okamžité vytažení zbraně. Mnohem lepší je nejprve zaujmout místo za krytem (*obr. 71*). Pokud vyhledáme kryt a zároveň tasíme zbraň, tím lépe. I když nezaujmeme pozici za „tvrdým“ krytem (zeď, pouliční lampa, motor vozidla apod.), je lepší najít si alespoň takové místo, které chrání částečně (strom, popelnice, dveře vozidla apod.). Obecně řečeno – je lepší alespoň částečně se opticky schovat, nežli zůstat stát na prostranství a takto čelit útoku.

²² § 76 odst. 2 tr. ř. (zkráceně): Osobní svobodu osoby, která byla přistižena při trestném činu nebo bezprostředně poté, smí omezit kdokoli, pokud je to nutné k zjištění její totožnosti, k zamezení útěku nebo zajištění důkazů. Dotyčný je však povinen tuto osobu předat ihned policejním orgánům.

Obrázek 71

Zaujmutí krytu je v první fázi útoku rozhodně klíčovější, než samotné tasení zbraně a opětování střelby z volného prostoru. I seberychejší použití zbraně v reálném střetnutí nemusí stačit na to, abyste z konfliktu vyšli „se zdravou kůží“. Návodem tedy je nejen střílet „přesně a rychle“, ale zejména z krytu.



Vlastnosti krytů

Kryt je narozdíl od skrytí (obr. 72) překážkou s odolností vyšší, než je průbojný účinek projektilů ze zbraně protivníka. Budeme se jej zřejmě usilovně snažit využít my i náš soupeř. Je proto nanejvýš důležité mít z taktického hlediska alespoň hrubou představu, jak jsou jednotlivé materiály překonatelné průbojným účinkem neobvyklejších střeliv. Klíčovým pak je podvědomé zafixování podoby dostatečných krytů, které se nacházejí kolem nás. V městském prostředí je díky zástavbě takových možností dostatek (pokud se ovšem sádkorokartonové stěny netváří jako zděné). Kámen, cihly a jiný nejčastější stavební materiál poskytují obvykle dobrou ochranu až do razantnějších armádních pěchotních zbraní. To v praxi znamená rohy domů, zárubně, různé zídky a keramické ploty. I litinové kryty lamp pouličního osvětlení a kovové kontejnery mohou do určité míry proti projektilům krátkých palných zbraní (nepočítáme zde s válečnou výzbrojí) vhodnou překážkou. Jelikož je průbojný účinek pistolového a revolverového střeliva ve dřevě cca do 30 cm, i vzrostlejší strom v parku může být vítaným krytem. Znovu je třeba si ale připomenout, že i kryt, který je částečně prostřelitelný, nebo malý či úzký předmět, který nás kryje částečně, je stále výhodnější než postavení bez jakékoliv ochrany. I popelnice z měkkého plechu nebo sloupek dopravní značky může svést stranou střelu, směřující na nás, případně po odrazu skončit momentálně nepodstatným zraněním.



Obrázek 72

Ve stresu je často omezena schopnost taktického uvažování. Přesto je třeba si stále uvědomovat rozdíl mezi pojmy „krytý“ a „skrytý“. Křoví nebo jiná vegetace ochranou proti účinkům zbraně protivníka rozhodně nejsou.

K užitečným návykům, vedoucím k schopnosti praktického užití zbraně, však také patří povědomí o předmětech, které pro našeho soupeře krytem nebudou. Tím míníme například střelbu přes absolutní většinu dveří (pozor na bezpečnostní dveře s pancéřovým plátem) nebo možnost prostřelení prakticky všech předmětů v domácnosti, tj. nábytku apod. Pak nás ovšem zajímá nejen fakt, co naše zbraň dokáže prostřelit, ale i to, jaký účinek potom střele ještě zbývá. Nepomůže nám rozhodně pouhé překonání krytu s úbytkem energie střely na minimum, která našemu soupeři způsobí jen modřinu či bouli.

Automobil jako kryt

Automobil je patrně nejčtenějším možným krytem nacházejícím se na ulicích. To mu dává významné taktické postavení, které si zaslouží podrobnější zmínku. Žádné vozidlo není pochopitelně pevnostně zcela homogenním prvkem. Některé jeho nejodolnější části umožňují solidní ochranu před velkou škálou ručních zbraní, jiné skýtají překážku sotva vzduchovkám. Největší jistotu dává kryt za motorem a částečně za disky kol. Z vlastní zkušenosti můžeme tvrdit, že motorem osobního auta neprošly opakované zásahy Sa-58 s nábojem 7,62×39 s jádrovanou²³ střelou. Můžeme tedy říci, že oblast motoru poskytuje vysokou ochranu

²³ Jádrovanou střelou se nejčastěji rozumí střela s ocelovým či Fe jádrem (obvykle obaleným olověným materiálem a opatřeným klasickým pláštěm). Omezením deformace střely je dosaženo vyššího průbojného účinku. I při zachycení střely překážkou pak často dochází k průniku samotného „svlečeného“ jádra.

zejména proti krátkým palným zbraním (směšné je proto oblíbené rčení: „Toto je .357 Magnum – prostřelí i blok motoru.“). Oblast kufru vozidla je naopak jednou z neslabších částí (je proto možná lepší neschovávat se za Škodou 120 za domnělý motor). Při střelbě na kufr automobilu zezadu a ze stran může být také značně vysoká šance na průstřel nádrže a únik paliva s těžko odhadnutelnými následky.

Houževnatost dveří automobilu se musí hodnotit jednak z hlediska osoby sedící ve vozidle, jednak z hlediska dvojnásobné masy dveří při krytu za vozidlem. Pouze jedny dveře jsou zpravidla slabou překážkou pro většinu krátkých ručních zbraní. Výjimkou jsou snad jen nejslabší používané náboje, které povrchový plech sice naruší, ale obvykle končí v čalounění dveří. Pokud snad některá střela projde, nemívá už většinou dostatečnou ranivost. Pro osobu kryjící se za automobilem tvoří překážku střelám dvoje dveře. S tímto krytem si poradí asi dvě třetiny střel ráží 9 mm Luger, .357 Magnum a 7,62 Tokarev. Přesto je to stále lepší kryt než žádný.

Skla současných vozidel mohou mít proti střelám překvapivou houževnatost. Ne že by sklo bylo výborným krytem, ale v některých případech střelby pod velkým úhlem může tato překážka významně ovlivnit přesnost zásahů prvních ran. Stažené okénko pak může znatelně posílit odolnost dveří proti zásahu.

Pneumatiky aut moderní konstrukce mohou být pro většinu ráží krátkých ručních zbraní překážkou. Stalo se, že náboj 9 mm Makarov ani po opakovaném zásahu plně nahuštěnou pneumatiku na vozidle neprostřelil. Po několikanásobném zásahu byl vyražen ventilek a pak teprve došlo k úniku vzduchu. Náboje jako 9 mm Luger a .357 Magnum sice pneumatiku obvykle prostřelí, ale velká část tečných zásahů může překvapivě zcela změnit směr letu projektilu.

Taktické zásady chování v krytu

- ☉ Snažíme se zaujmout pozici dále od hrany krytu (obvykle 1–1,5 m, podle podmínek však i dále). Pak máme větší přehled a jsme lépe chráněni proti náhlému překvapení ze zóny těsně před krytem.
- ☉ Držíme zbraň ve střelecké (příp. pohotovostní) pozici, umožňuje to co nejrychlejší odpověď na náhlou hrozbu.
- ☉ Nevystřikujeme zbraň před kryt, oblast za rohem nemusíme mít zcela pod vizuální kontrolou a o zbraň bychom mohli přijít, stejně tak nenecháváme (jak se často stává) zbraň v palbě trčet přes okraj. Přesný zásah ji může znefunkčnit nebo vyrazit z ruky!
- ☉ Vyhlédnutí z krytu provádíme tak, abychom odkryli co nejmenší část zásahové zóny, a pokud možno vždy přes mířidla zbraně tak, abychom v okamžiku vyhlédnutí byli okamžitě schopni vystřelit.
- ☉ Z krytu vyhlédneme (nebo již střílíme) vždy v jiném místě. Pokud bychom se opakovaně vykláněli ze stejného místa, signalizovali bychom útočníkovi, kam má přesně zaměřit svou zbraň. Proto zde platí pravidlo o výškové změně postavení (stoj–klek, klek–stoj) po každé sérii výstřelů.

- ⊙ Při vyhlédnutí z krytu z boku na méně výhodné straně slabé ruky dáváme pozor, abychom vytrčeným loktem nesignalizovali dopředu, že se objevíme.
- ⊙ Některý kryt může umožňovat vyhlédnutí a střelbu přes horní hranu i z boku. První je výhodnější pro získání většího přehledu o situaci, ale na druhou stranu výrazně odkrývá hlavu. Boční vyhlédnutí je z hlediska možného zásahu bezpečnější, ale poskytuje menší přehled. Pokud se ještě nic neděje, získáme přehled o situaci krátkým opatrným vyhlédnutím přes horní hranu a pak případnou palbu vedme z boku.
- ⊙ Pokud si můžeme vybrat mezi slabou a silnou stranou, zvolíme takticky vždy postavení u hrany na straně silné ruky, z které je poloha ke střelbě za krytem mnohem výhodnější.
- ⊙ Jestliže jsme nuceni střítet z boku krytu na slabé straně, nakloníme zbraň o 45°. Zmenšíme tak výrazně nevyhnutelné odkrytí vitální zóny.
- ⊙ Při střelbě neopíráme nikdy zbraň o hranu krytu.
- ⊙ Pokud donutíme soupeře několika výstřely zmizet za jeho krytem, již se v takové situaci neschováváme zpět do krytu. Nedovolíme mu nyní již znovu vykuknout. Pokud máme dost munice, míříme již na hranu, kde se soupeř musí objevit, a reagujeme na jeho každý pokus o střelbu několika výstřely. Poté se můžeme v další chvíli, kdy je ještě soupeř schovaný, pokusit o rychlou změnu postavení do strany. Cílem je pokusit se o odkrytí soupeře z boku a jeho následná eliminace.
- ⊙ Někdy se budeme muset (např. v případě nevelké vzdálenosti od soupeře nebo „bubnuje-li“ do kraje krytu před námi rána za ránou) zároveň z výklonem pokusit rychle vystřelit zapíchnutím předpokládaným směrem cíle. Odolejme ale pokušení střítet příliš rychle a neúčelně se tak zbavovat drahocenné munice. Alternativou přesného výstřelu z krytu v omezeném čase je následující způsob, který je ověřen soupeřskými systémy. Pokud například již víme, kde přesně se protivník nalézá, pokusme si představit, kde za krytem to nyní asi je. Namiříme na tento pomyslný bod a srovnejme pečlivě mířidla. Pak se pokusíme s rychlým výklonem strefit. Po potřebné průpravě je tato technika vysoce funkční.
- ⊙ Pokud chceme kryt opustit, pozor na stranu, kterou zvolíme. Pokud je protivník „zastřílený“, platí, že bychom se neměli pokoušet o přemístění směrem, kde jsme se opakovaně objevovali a vedli střelbu. Tam je nyní největší šance našeho zasažení.

Pohyb a změny poloh

Zde máme na mysli situaci, kdy nás vznik ozbrojeného střetu zastihne bez možnosti okamžitého zaujetí krytu. Možným východiskem k řešení této obtížné varianty střetnutí je snaha o neustálé ztěžování podmínek nutných k přesnému zaměření soupeřem. K tomu slouží rychlý, nejlépe boční pohyb, střídání střeleckých poloh atd. Jestliže se rychle bočně pohybujeme, ztěžujeme pravděpodobnost našeho zásahu (podle některých odhadů až o 75 %). Pokud máme naději na brzký kryt, tak se nepokoušíme během přesunu střítet, střelba nebude přesná, ztrácíme munici a hlavně zpomalujeme pohyb. Další alternativou je boční běh do té doby, dokud se nějaký odolnější předmět nedostane mezi nás a protivníka. V té chvíli prudce změníme směr pohybu a zamiříme k tomuto případnému krytu se současnou střelbou podél něj. Jestliže není jakýkoliv kryt v dohledu, nezbývá než použít variantu krytí střelbou za

Obrázek 73

Pohyb jako specifický způsob krytí je účinný pouze tehdy, je-li dostatečně rychlý. Pokud budete za přesunu střilet, nesmí to znamenat výrazné zpomalení. Nejste-li schopni za pohybu alespoň průměrně zasahovat cíl, je lépe vsadit na co nejrychlejší přesun – sprint bez použití zbraně.



pohybu nebo ze zastávek (obr. 73). V případě střelby ze zastávek se nepravdělně pokusíme měnit směr pohybu a při střelbě využíváme zejména kleku, nejen kvůli snížení zásahové zóny, ale i pro jeho vhodnost jako startovní polohy pro další rychlé přemístění. Pokud situace rychlý pohyb do strany neumožňuje a střetnutí neprobíhá na delší vzdálenost, kdy by bylo výhodné případně zalehnout (obr. 74), snažíme se využít jedné z nejuni-verzálnějších reakcí – úkroku do kleku.

Obrázek 74

Zaujmutí polohy vleže na volném prostranství bez možnosti krytí může být výhodným řešením střetnutí na delší vzdálenost



5.5.3 Optimální reagování na změny vývoje

Nedostatečný účinek střelby

Počet nábojů je vždy nějak omezen, proto by se každý měl vyvarovat ne zrovna řídké zkratkovité reakce na ohrožení života – bezhlavého vystřelení celé zásoby munice směrem k útočníkovi. Pokud nemáme šanci něco zasáhnout, měli bychom se zdržet nebezpečného plýtvání. Jen málokdo si ale připustí skutečnost, že ani opakované a na první pohled účinné zásahy

nemusi v mnoha případech zneškodnit protivníka dostatečně rychle. Co tedy dělat pro to, abychom jednou bezmocně nestáli s vystřelenými náboji proti blížícímu se nebezpečí?

Hlavním kritériem pro vystřelený počet ran by měla být zejména spolehlivá eliminace cíle. To znamená střilet do soupeře tak dlouho a tak účinně, dokud dělá to, proč jsme na něj začali střilet. Jedná se tedy o uváženou střelbu dokud trvá ohrožení našeho zdraví a života, konec střelby by měl být zřejmý. Např. muž, který nás předtím ohrožoval nožem, se svíjí na zemi, střelec proti nám se drží za hrudník a z ruky mu vypadla zbraň apod. Je zde pochopitelně i souvislost se zákonnými podmínkami pro použití zbraně, a to dokud nebezpečí hrozí. I pak samozřejmě situace nekončí a budeme ještě po nějakou dobu přes mířidla zbraně zvažovat, zda tato nepříjemná situace s krajním použitím násilí je už za námi.

Pro povědomí o možnostech reakce zasaženého protivníka je vhodné zmínit se o důvodech, které vedou k tomu, že útočník skončí po zásahu palnou zbraní ve své činnosti. Začneme od těch několika statisticky nejčastějších:

1. Útočník si své zranění pouze uvědomí

To nemusí být ani příliš bolestivé, ale tělo zkrátka přestává fungovat. Organismus by přitom mohl dál v činnosti pokračovat, fyziologicky mu v tom totiž nic významněji nebrání. Důvodem bývá nervový šok, naprogramovaná obava z následků zranění, narušení psychiky podvědomým očekáváním účinků zásahu a předpoklad neodvratnosti konce. To vede k jeho zneschopnění, pádu, vyvolání šokového stavu a v extrémních případech i smrti. Na takovou eventualitu reakce zasaženého protivníka nelze ale spoléhat.

2. Zasažení a vyřazení kardiovaskulárního systému

V praxi to však znamená několik výrazně odlišných možností. Nejčastějším důvodem je úbytek krve střelným kanálem způsobený zevním a vnitřním krvácením. Nastává pokles krevního tlaku, ten je pak v pokročilé fázi neodvratně provázený rozvíjejícím se oběhovým šokem. Posléze nastává bezvědomí a případně i smrt. To je však závislé především na množství ztracené krve. Pokud ale nejsou přímo zasaženy největší krevní cesty, může celý proces trvat i desítky minut nebo až hodiny. Do té doby může být otrlejší útočník bojeschopný. Tolik času pro svou obranu ale zřejmě mít nebudeme.

Další možností je průstřel hrudníku a plic. I jen jednostranný pneumotorax způsobuje výraznou respirační nedostatečnost a mohl by ve svém důsledku vést až k zástavě dechu. Ovšem i zde nemusí být zneschopnění okamžité. Známe případ střelce, který utrpěl při výcviku průstřel obou plic a ještě několik minut po zásahu byl při plném vědomí a viníkově nadával.

Přímý zásah srdce není jevem tak častým, mívá ale za následek jistý kolaps protivníka. To však může trvat i několika desítek sekund. Zničení této „krevní pumpy“ sice zamezí přísunu nové okysličené krve do mozku, ale v tepnách a tkáních je ještě určité množství kyslíku. To ještě může postačovat pro krátkou dobu činnosti. Říká se tomu „10 sekund před smrtí“. Znají to zejména myslivci. I dvacetikilogramový srnec po zásahu výkonným poloplaštovým nábojem .308 Win s naprosto zničeným srdcem může uběhnout někdy

sotva uvěřitelnou vzdálenost. Pro takto zraněného lidského útočníka to tak může prakticky znamenat ještě dostatek času pro „odmačkání“ obsahu zásobníku naším směrem.

3. Zásah nervového systému

Jedná se o zásah zvláště těch částí, nutných pro zajišťování základních životních a pohybových funkcí. Jde o šťastnou trefu do důležité části mozku, mozkového kmene nebo míchy. Šťastnou proto, že hlava je pro sebeobranu střetnutí velmi malý a pohyblivý cíl. Zásah míchy pak vesměs bývá jen otázkou naprosté náhody. Kromě toho ne každý průstřel hlavy musí znamenat zneschopnění atakující osoby. Jako příklad můžeme uvést událost při policejním zákroku, kdy byl zatýkaný pachatel v přestřelce zasažen nábojem 9 mm Luger, a to přímo do čela mezi oči. Přestože šlo o pronikající poranění mozku, nejen že nebyl zcela ochromen, ale ještě se aktivně bránil nasazení pout.

4. Ochromení nosného a pohybového aparátu

Může jít například o významný zásah některé nosné kosti nebo kloubu. Jde především o případy zranění dolních končetin nebo alternativu vyřazení střelecké ruky. Takové zranění může protivníka pouze poslat na zem nebo jej výrazně omezit, ale nemusí znamenat ukončení jeho bojové činnosti.

Samozřejmě, že lze hovořit i o dalších průvodních jevech obvyklých při zranění palnými zbraněmi – o vlivu druhotných projektilů z roztržštěných kostí, deformacích organismu kmitáním dočasné povýstřelové dutiny a souvislostech mnohočetných poranění několika orgánů. Na účinky každého zranění bude mít pochopitelně vliv více předem stěží odhadnutelných podmínek. Říká se totiž, že mnohdy ani zkušený patolog nepozná, jak dlouho mohla ještě dotyčná osoba fungovat. Svou roli totiž mohou sehrát i další faktory. Působení adrenalinu v krvi, požitý alkohol nebo aplikace drog mohou často způsobit to, že někteří lidé v podstatě zásahy ani nevnímají. I u nás jsou známy některé případy, kdy takoví jedinci pokračovali v činnosti i po opakovaných závažných poraněních. V té době by přitom už měli být podle lékařů dávno mrtví, ale oni to prostě jaksi nebrali na vědomí.

Může nastat otázka: „A co proslulý dopadový šok projektilu?“. Ano, v některých případech se může tento jev, zvyšující tzv. stop-efekt, po zásahu dostatečně projevit, to je ovšem podmíněno pouze určitými typy munice. Co je známo, neexistuje náboj, který by zcela a beze zbytku předal zasaženému tělu svou energii či dokonce člověka „zahodil“ tak, jak je tomu pravidelně v akčních filmech. Jelikož je ale lidské tělo tvořeno asi z 60 % vodou, také se po dopadu a průniku projektilu do jisté míry jako kapalina chová. Pak při použití určitých nábojů nastává tzv. hydroefekt, který může způsobit, že jsou významně poničeny i ty části organismu, které jsou od dráhy střely v těle často i překvapivě vzdáleny. Toho lze dosáhnout několika způsoby – extrémní rychlostí střely, velkou ráží nebo konstrukcí projektilu uzpůsobenou pro zvýšení průřezu při pronikání tělem. V naší knize ale mluvíme o zbraních pro sebeobranu situace, držенých soukromými osobami, takže pokud jde o první alternativu zvýšení účinku – vyšší rychlost, těžko můžeme počítat s navýšením nad 800–1000 m/s. Navíc příhody

z válečných střetnutí dokazují, že ani u kvalitních zásahů pěchotními zbraněmi s takovou ústovou rychlostí mnohdy nedochází k okamžitému kolapsu osob. Co by pak mohl člověk požadovat od pistolí a revolverů s neporovnatelně méně výkonnými náboji?

Současné i druhá varianta zvýšení účinku pomocí speciálního střeliva s řízenou deformací střely je u nás legislativně velmi omezena. Tím se značně snižují naše možnosti, protože u výše vyjmenovaných „zákonných“ typů munice lze jen těžko očekávat vliv popsaného hydrošoku. Takže debaty, jestli je lepší Geco-Action nebo Winchester Silvertip, obvyklé v USA, jsou v našich podmínkách dost bezpředmětné. I některé na českém trhu dostupné typy munice jsou navíc velmi diskutabilní. Asi by výklad záležel zcela na justici a na „posudkovém souboji“ soudních znalců. Takže nám tedy zbývá jen poslední možnost zvýšení zastavovací síly – velká ráže a dopadová energie. Potom jde o sladění různorodých požadavků na výběr příhodné zbraně na sebeobranu – především na její rozměry a hmotnost, nábojovou kapacitu, snesitelnost zpětného rázu apod. Názory na tento problém se mohou individuálně značně různit, ale kdosi řekl, že „je lepší strefit se jednou malorážkou než několikrát minout pětačtyřicítkou“. Přesto se ale dnes pro skutečně účinnou sebeobranu doporučuje jako „dno“ 9 mm Luger. Zvláště, jak jsme si již řekli, když si kvůli liteře zákona nemůžeme pomoci speciálně expanzními typy nábojů. Současné ale platí, že lepší je mít malou slabou zbraň s sebou, než tu neúčinnější doma. Kromě toho, spoléhat na některé veskrze teoretické poučky a vzorce o procentech zastavení jednou ranou se ukazuje v mnoha případech jako málo spolehlivé. Příklady ze skutečnosti totiž ukazují, že neexistuje nejen žádná zázračná univerzální střela, ale ani ráže.

Místo zastavující síly jednoho výstřelu se za zmiňovaných podmínek proto čím dál více mluví o účinku opakovaných co nejpresnějších výstřelů. Největším problémem totiž bývá především umístění zásahů. Statistiky vypovídají, že se totiž lidé v reálných situacích nejčastěji netrefují vůbec. Mluví se až o dvou třetinách ran, které jdou díky střeleckému neumění a psychickému stresu v ohrožení života zcela mimo. Pravděpodobnost solidní trefy první ranou je v těchto případech asi jen 30–40 % a platí i pro vzdálenosti do několika málo metrů. Proto znovu připomínáme: rychle ano, ale ne na úkor dostatečné přesnosti. Naším cílem nemá být pouze postava protivníka, ale nějaká významnější oblast na ní.

Po dlouhodobých výzkumech v USA byla proto doporučena NIJ (Testovacím odborem pod Národním institutem spravedlnosti) federálním ozbrojeným složkám nová konkrétní místa umísťování zásahu. Tímto novým trendem je tzv. „zásada podpaží“. Až v této úrovni trupu je větší šance na zásah většiny klíčových orgánů – zejména srdce a plic, velkých cév, jater, sleziny a páteře (obr. 75). Zásahy o cca 13 cm výše od podpažní linie ještě zasahují další významnou oblast – spodní část krku, plicní cévy, případně hrtan a páteř. Stržení o 13 cm níže pak znamená zónu sleziny, jater, ledvin, hlavních krevních cest a opět páteře. Zásahy hrudní kosti a části žeber svým tříštěním přispívají k druhotným nezanedbatelným zraněním. Změna záměrného bodu na střed linie podpaží a zvýšení soustřelu tak prý může výrazně zvýšit možnost účinků střelby beze změny zbraně a munice. Alternativním cílem je centrální linie pod opaskem (obr. 75). Cíl je v tomto případě v oblasti celého pánevního pletence. Zásahy zde, v linii kyčlí a podbřišku, způsobují nejen mechanický kolaps, ale i významné krevní ztráty. Podle výzkumu NIJ takové střelné zranění dává velmi vysoký předpoklad k okamži-

Obrázek 75
*Světlou barvou jsou
 vyznačeny zóny
 lidského cíle, kde je
 podle mínění většiny
 expertů vysoká
 pravděpodobnost
 brzkého zastavení
 soupeře. To je však vždy
 poněkud ožehavé téma,
 jak ukazují opakované
 zkušenosti z mnoha
 situací. Výsledky
 střelby na živý cíl je
 těžko možné s jistotou
 dopředu odhadnout.*



tému pádu protivníka. Dalším bodem zaměření, závislým na situaci, může být i hlava. Jedná se ale o velmi obtížný cíl s malou pravděpodobností zásahu. Pouze malá část mozku dává naprostou jistotu pro okamžité zastavení protivníka, zvláště u střel s nižším výkonem. Úspěch závisí na přímém zasažení mozkového kmene a prodloužené míchy, zneschopnění je potom téměř okamžité. Záměrný bod ovšem v takovém případě neleží, jak se někteří pod vlivem filmů domnívají, na čele nebo mezi očima. Bod zamíření a zásahu je někde v oblasti nosu při čelním postavení hlavy (obr. 75).

Změna pozice z krytu do krytu

Užitečnost dané pozice je obvykle posuzována podle míry krytí a skrytí, jež poskytuje. Pokud jsme v dobré pozici (např. výhodném krytu), je samo o sobě nesmyslné přesunovat se jinam, pokud k tomu nejsme nuceni jinými důvody – například pokud se protivník přesunuje tak,

že hrozí naše odkrytí, a my nejsme schopni jej během přesunu zasáhnout. Další variantou je, že nás druhý protivník pokouší svojí křížovou palbou „dostat do kleští“, případně jestliže se odhodláme provést vlastní ofenzivní akci. Jestliže se tedy přesunujeme z krytu do krytu, musíme si být jisti, že víme přesně, kam se přesunujeme, kudy se budeme přesunovat a jakou polohu zaujmeme. Základním pravidlem je přebít před pohybem, a ne v pohybu. Pak se přemístíme maximální rychlostí, k tomu pustíme zbraň slabou rukou. Jakmile nové pozice dosáhneme, okamžitě zaujmeme střeleckou polohu.

Přebíjení

Z hlediska taktických souvislostí bojové situace bude vynucené přebítí poté, co nám došly náboje, krajně rizikovou a stresující situací. Jak už jsme řekli dříve, počítání vystřelených nábojů ve strhujícím tempu přestřelky je pouhým mýtem. Zpravidla budeme ještě chvíli marně „ždímat“ spoušť. Pak bychom měli reagovat na závěr v zadní poloze činností, která bude směřovat pouze k jednomu cíli. K tomu, abychom měli co nejdříve zbraň s plnou kapacitou znovu namířenou směrem na protivníka. Během této doby, která čím je kratší, tím lépe pro naši šanci přežít, kdy hlava a ruce dělají maximum, se musí do záchranné reakce zapojit i spodní část těla. V otevřeném postavení to znamená, že nohy musí dynamickým startem reagovat stranovým úkrokem do polohy vleče, nebo rychlým bočním během a co nejrychlejším přesunem za vhodný blízký kryt. V případě, že již střílíme z krytu, má následovat neprodlené stažení do polohy zcela za krytem. Poté reagujeme standardně – případným výklonem (s již plně nabitou zbraní) v pokud možno jiné poloze, než byla předchozí. Pokud se situace jen na chvíli uklidní tak, že budeme moci opět uvažovat trochu chladnější hlavou, jde o moment pro provedení velmi klíčové záležitosti. Tou je taktické přebítí. Takový manévr by měl předcházet jakémukoli přesunu k dalšímu krytu nebo pokusu o zaskočení protivníka vhodnou útočnou akcí.

Odstranění závad

Jakékoliv pozdržení naší bojové činnosti, byť trvající jen sekundy, může v strhující rychlosti pouliční přestřelky hrát významnou úlohu. V takovém kritickém momentu by tedy první reakcí na přerušování střelby (mimo samotné samozřejmé snahy o zfunkčnění zbraně) měl být současně i vhodný manévr, omezující do jisté míry schopnost protivníka nás zasáhnout. Jde nejčastěji o stejné reakce, jako je tomu u nuceného přebíjení. Pokud již nejsme v krytu, bude největší devizou jeho co nejrychlejší dosažení. Na volném prostranství, kde jsou vhodné kryty nedostupné, se doporučuje alespoň rychlé zaujetí polohy v kleče (kleku se stranovým úkrokem) nebo pokus o odstranění závary ve svižném bočním pohybu. Samozřejmě, je to jen pouhé navýšení možnosti přežití takové kritické situace. Pokud ale zůstaneme nehybně stát tvář v tvář střílejícímu protivníkovi, marně lomčujíc pokaženou zbraní, je zřejmě otázkou velmi krátkého času, kdy inkasujeme smrtící zásahy. Při pouličních vzdálenostech střelby do 7 metrů a velkokapacitních pistolích, chrlících množství projektilů, to zřejmě nemůže trvat dlouho. I v případě toho nejhoršího a nejnešikovnějšího střelce proti nám by už bylo zřejmě šťěstí brzo takřikajíc unavené.

5.5.4 Zajištění nutných úkonů po skončení situace

Je situace skutečně u konce?

Mnohokrát se již stalo, že člověk, který přečkal první vteřiny střeleckého střetnutí, udělal fatální chybu, když se zmýlil v odhadu ukončení situace. Např. předčasně opustil kryt, přecenil účinek zásahu protivníka apod. K co nejbezpečnějšímu ukončení střetnutí je třeba důsledně provést tyto úkony:

- 1. Kontrola cíle** (sledování nehybnosti, polohy rukou, případné vypadlé zbraně atd.; *obr. 76*).
- 2. Kontrola blízkého okolí** (tzn. pokud jsem přežil útok tohoto soupeře, aby mě dobře mířenou ranou „neulovil“ jeho případný kolega).
- 3. Uvědomění si stavu zbraně** (taktické přebití – doplnění plné kapacity).
- 4. Přivolání pomoci** (kontakt policejních složek).



Obrázek 76

To, že protivník vypadá, že již není schopen akce, nemusí nic znamenat. Nikdy neztráťte opatrnost, situace rozhodně nemusí být u konce.

Přesun a přibližování

Tento krok je nutné podle specifik situace velmi zvážit. Bude výhodnější, když se dostanete ke svému vozidlu a vzdálíte se z místa nebezpečí, nebo zaujmete natolik dobrý kryt a máte ještě takovou zásobu munice, abyste raději vydrželi do příjezdu policie? Také přiblížení se k zasaženému soupeři může být problémem. Ze zákona jistě máme povinnost poskytnout, pokud to okolnosti dovolí, včasnou první pomoc, to ovšem neznamená lehkomyšlným činem ohrožit svůj život. Vězte, že po tom, co jste v posledních chvílích prožili, budete obvykle v natolik rozrušeném stavu, že se můžete snadno dopustit významných taktických chyb. Pokud jste přivolali policii, věřte tomu, že i rychlá zdravotní pomoc je na cestě. Náš neopatrný pokus o poskytnutí co nejvčasnějšího ošetření může také znamenat pád do smrtící pasti domněle těžce zraněného soupeře či vystoupení z úkrytu přímo před zbraň jeho případného komplice.

Kontakt s policisty

Pokud pod vlivem psychického tlaku nezapomenete zavolat policii a vyčkáte do jejího příjezdu, měli byste se na tuto situaci pokusit připravit. Při telefonátu je praktické oznámit:

- jak se jmenujete,
- stručně co se stalo,

- ⊙ kde se nalézáte,
- ⊙ váš popis, jak jste oblečení,
- ⊙ upozorněte, že máte zbraň.

Stále, i přes prožité události, nepolevujte v ostražitosti a občas zkontrolujte okolí. Pokud je poblíž inkriminovaná útočná zbraň soupeře, nedotýkejte se jí pokud možno rukou, jen ji nohou opatrně odsuňte z dosahu ležící osoby. Srovnajte si nyní také všechny podrobnosti, jak se celá věc udála, a ujasněte si všechna základní fakta o celé situaci pro pozdější výpověď.

Pozor!

Nikdy nevíte, jestli se nezkreslily základní informace o situaci, než se z dispečinku dostaly k přijíždějící hlídce. Příslušníci policie mohou vědět jen to, že se zde střílelo a že na místě jsou zbraně. Policejní práce je velmi riziková a v takový moment budou policisté zpravidla předpokládat vysokou míru nebezpečí. Přestože můžete být pod velkým psychickým tlakem, až uvidíte policejní automobil, řiďte se pokud možno podle následujících pokynů:

1. Zůstaňte stát poklidně na místě, položte zbraň pomalu na zem – v žádném případě se nerozeběhněte k přicházejícím policistům se zbraní v ruce!
2. Vystupte na osvětlené místo a ruce držte před sebou tak, aby na ně policisté co nejlépe viděli.
3. Reagujte bez odporu a uposlechněte všechny výzvy příslušníků policie, i kdyby to mělo znamenat dočasné nasazení pout.
4. Oznamte, že jste střelil a volal právě vy, upozorněte na doličné předměty (vaše zbraň a zbraň útočníka).
5. Požádejte o případné ošetření nebo převoz do nemocnice.

Po převezení na policejní služebnu:

1. Dobře si rozvažte, jestli jste skutečně způsobilí nyní vypovídat, nikdo vás nemá právo nutit do nějaké ukvapené výpovědi pod tlakem z prodělaného zážitku.
2. Pečlivě uvažte, co do protokolu uvedete, právě to bude klíčové pro pozdější vyšetřování a případné soudní líčení.
3. Dobře si přečtěte vše, co budete podepisovat, na pozdější nesrovnalosti vzniklé opomenutím, nepochopením či chybným výkladem se jen těžko budete později vymlouvat.
4. Nelitujte prostředků na předchozí radu s renomovaným právníkem, zabývajícím se oblastí trestního práva.

5.6 Zvláštní varianty situací

V této kapitole se chceme podrobněji zabývat některými situacemi, které vyžadují nácvik speciálních a náročnějších technik a taktických postupů, jež vyžadují pokročilého střelce. Vybrali jsme střetnutí na velmi blízkou vzdálenost, napadení v automobilu, prohledávání v zástavbě, střelbu za zhoršených světelných podmínek a po zranění, boj s více protivníky a nakonec použití zbraně proti zvířeti.

5.6.1 Střetnutí na velmi blízkou vzdálenost a techniky v kontaktu

Jde o postup řešení situací nanejvýš krizových, plynoucích z těsné vzdálenosti mezi námi a útočníkem. V takové nepříjemné situaci se můžeme snadno ocitnout nejen kvůli dopřednému pohybu či výpadu útočníka, ale také díky podmínkám daným okolím – chodba, místnost, dopravní prostředek apod. Jde o vzdálenost, ve které nastává možnost k útoku proti nám i jinou zbraní než palnou (chladnou – úderovou či bodnořeznou). Napadení takovými prostředky (mnohem dostupnějšími – jde vlastně o předměty denní potřeby) jsou z hlediska statistik nejčtetnější. Nemalé nebezpečí také plyne z neozbrojeného výpadu. Tím myslíme zoufalý zápas proti fyzicky zdatnému soupeři nebo jeho pokus o zmocnění se naší zbraně. To je zvláště nebezpečné, protože je velká pravděpodobnost, že zbraň, o kterou takto přijdeme, proti nám útočník ihned použije.

Základní techniky s palnou zbraní v kontaktu zahrnují:

- ⊙ obranu zbraně v pouzdře (*obr. 77, 78*),
- ⊙ řešení úchopu zbraně útočníkem (*obr. 79, 80*),
- ⊙ výstřel na nejbližší vzdálenost (*obr. 81*).



Obrázek 77

Při pokusu o zmocnění se zbraně v pouzdře zezadu chytá napadený ruku protivníka na své zbrani (totožná technika jako při tasení – pohlázení pouzdra a zaražení zbraně směrem dolů), pohled směřuje vzad (a). Poté se zároveň s krokem zpět (posun těžiště) a prudkým otočením používá úder loktem shora (b) na soupeřovu hlavu (spánek, čelist apod.). Dokud nepustí útočník zbraň, nesmí dojít k přerušení fixace jeho ruky! Nejlepší obranou zbraně proti podobnému útoku je však prevence a to, že o ní nikdo neví!



Obrázek 78

Na pokus o zmocnění se zbraně v pouzdře zepředu reaguje obránce opět zachycením ruky útočníka na své zbrani. Nato pokračuje úkrokem silné nohy vzad se současným úderem dlaní na oblast lokte útočníka. Následující technikou může být kop do rozkroku apod.



Obrázek 79

Soupeř se po sevření zbraně snaží o její odklonění bokem (a). Napadený reaguje ústupem se současným stažením do pohotovostní pozice (b). To zpravidla nejen uvolní zbraň, ale umožňuje i okamžitý výstřel v případě nouze.



Obrázek 80

Soupeř se po útoku na namířenou zbraň snaží o její odklonění k zemi (a). Napadený reaguje klekem se současným snížením lokte silné ruky co nejvíce k zemi (b). Zbraň poté směřuje na protivníka s možností výstřelu. V případě extrémně silného úchopu zbraně lze využít variantu nouzového pádu na záda (c). V takovém případě je zpravidla zbraň vytržena útočníkovi a připravena k okamžitému použití.

Obrázek 81

Nouzový výstřel z nejbližší vzdálenosti. Při této méně obvyklé technice napadený vyvrací úchopem za obličej (oči) hlavu útočníka směrem vzad a současně tasí zbraň z pouzdra. Ihned po vytažení nad úroveň pouzdra dochází k prudkému poklesu lokte a přimknutí ruky se zbraní k boku. Z tohoto místa napadený v případě nutnosti vede střelbu. Cílem je v takovém případě oblast břicha a kyčlí soupeře (pro omezení případné možnosti zranění vlastní paže).



Pozor!

Před realizací této techniky na střelnici je třeba si nejen provedení potřebně „nasušit“, ale při samotné střelbě vykonávat zprvu pohyby obzvláště pomalu s výrazným rozlišením výšky polohy paže a záměrné oblasti střelby!

5.6.2 Napadení v automobilu

Mnoho sebeobránných situací, kdy napadený musí bránit svůj život, zdraví a majetek, může probíhat uvnitř nebo v blízkém okolí vozu. Není proto divu, že použití palných zbraní ve spojení s automobilem je velmi častou záležitostí. Pro každého, kdo nosí zbraň pro vlastní obranu, by měl být takový nácvik střeleckých situací samozřejmostí.

Pokud se máte vyhnout hrozcímu útoku, je prvním a nejzásadnějším pravidlem pokud možno z místa přímého ohrožení co nejrychleji ujet. V žádném případě se nepokoušejte o přestřelku za každou cenu nebo dokonce „nanejvýš akční“ kombinaci zbraně v jedné ruce a volantu v ruce druhé (vycházíme z toho, že jste ve vozidle sami). V takovém krkolomném případě by zřejmě nestála za moc ani střelba, ani řízení. Při pokusu o vaše zablokování během probíhajícího přímého útoku raději zvolte sražení protivníků stojících v cestě svým vozidlem. Za situace, kdy vám v cestě stojí příčně automobil jako překážka, zvolte pak raději alternativu rychlého vycouvání a úniku. Při nemožnosti takového defenzivního řešení zbývá jediné – po-

kusit se nárazem odhodit přehrazující automobil. Aby se vám to podařilo, doporučuje se čelem vozu narazit zhruba do oblasti zadního kola blokujícího automobilu (zpravidla jde o lehčí část automobilu, než je předek s motorem). Při asi šedesátikilometrové rychlosti je velmi pravděpodobné, že se podaří překážku odhodit do strany silnice a ujet. V případě, že jsou za vozidlem kryjící se a střilející osoby, je velká šance, že je rotující vozidlo po nárazu smete.

Po vašem totálním zablokování či neúspěšném pokusu o proražení by zpravidla nezbylo nic jiného, než pokus o únik „po vlastních“ nebo získání času krytím s použitím zbraně. To znamená dostat se rychle z vozidla do co nejvýhodnějšího postavení. Při nácvičku takového kroku nezapomeňte na nutné rozepnutí bezpečnostního pásu (počítáme-li s tím, že jsme připoutáni). Máme zpravidla (vzhledem k postavení případných soupeřů) dvě základní varianty úniku – do jedné či druhé strany vozidla:

1. Vpravo – v takové situaci jde o co nejrychlejší snížení pozice. Zalehneme na sedadlo spolujezdce a rychle otevřeme dveře (obr. 82a). Poté rukama napřed opustíme vozidlo do polohy ve dřepu (obr. 82b). Až nyní tasíme zbraň (do té doby by nám jen překážela; obr. 82c) a pokud možno zaujmeme co nejvhodnější polohu krytí za motorem vozidla (obr. 82d).

2. Vlevo – zde se jedná o otevření dveří a následné „vypadnutí“ na bok se současným vytažením zbraně. V případě nejvyšší nouze střílíme ihned z této polohy na zemi, částečně krytí otevřenými dveřmi (obr. 83).



Obrázek 82 a, b

Rychlé opuštění vozidla může být v případě útoku základním předpokladem přežití. Stojící automobil se totiž může stát smrtící pastí.



Obrázek 82 c, d



Obrázek 83

*Krizovým scénářem při napadení
zpředu, doporučeným mnoha
experty, je vypadnutí z vozidla se
současnou střelbou. Přesto, že jsme
v takové pozici částečně shora cloněni
otevřenými dveřmi, naše šance, jak je
patrné z fotografie, nemusí být vysoké.*





Obrázek 84

Zoufalý boj z prostoru vozidla dává pochopitelně více šancí soupeři. Zůstanete-li v omezeném prostoru auta bez možnosti útěku, skýtá poslední možnost obrany střelba přes skla vozidla. Pokud protivník zaklekne, ztrácíte přehled o jeho poloze. On však přesně ví, kde si vás jeho střelba najde...

Může se ale i snadno stát, že vám po zamezení pohybu vozidla již nezbude ani možnost je opustit. Tato velmi tragická situace může znamenat zoufalé pokusy o poslední šanci, tedy čelit útoku střelbou přímo ze sedačky vozidla. Zde se může stát nemalým problémem samotné tasení zbraně. Kombinace zapnutých bezpečnostních pásů (nezbytných pro případný náraz vozidla – viz výše) s neobvyklejšími bočními opaskovými pouzdry může zapříčinit osudový zádrhel. Nezbyvá proto než si „dril“ rozepnutí pásu s následným tasením řádně zafixovat. Kvůli hrozbě z různých směrů (a možnému nedostatku času pro uvolnění ze zapnutých bezpečnostních pásů) to může znamenat velmi abnormální pokroucené polohy střelby včetně nouzové střelby jednoruč. Na nabíhající protivníky se v takovou dobu doporučuje pálit již rovnou skrz sklo oken (výhodou pro vás v tuto chvíli mohou být tmavé folie na sklech vašeho vozidla). Budete možná totálně ohlušeni burácením výstřelů, auto bude plné úlomků a střepů, je to ale pravděpodobně poslední pokus o přežití (*obr. 84*).

5.6.3 Prohledávání v zástavbě

Tím je míněno provádění nutných přesunů v budovách při zřejmé hrozbě útoku nebo potřebě jejich opatrného prohledání. Jde o soubor pravidel a dovedností, které se k dostatečné účinnosti musí stát podvědomými návyky. Všechny tyto techniky ale pouze o něco navyšují vaše šance proti ukrytému (a připravenému) soupeři. Musíme proto vést v patrnosti mnoho souvisejících faktů:

- ⊙ jde jen o snížení reálné možnosti náhlého překvapivého útoku;
- ⊙ „absolutní“ zázračný postup, který zaručí vaši nezranitelnost, neexistuje;

- ⊙ některé okolnosti, jako že budete zřejmě sami, prakticky znemožňují uhlídat vše kolem;
- ⊙ vlivy jako náhoda a nešťastná shoda okolností mohou mít rozhodující dopad na váš úspěch (což je přežití...);
- ⊙ jakákoliv vaše aktivní činnost (pohyb, zvuk chůze, svícení ve tmě) jsou výrazně demaskující faktory, které odhalují vaši přítomnost a nahrávají nachystanému protivníkovi, nehybně číhajícímu v záloze;
- ⊙ narodil od vás si soupeř může dovolit vystřelit na cokoli, co se pohne, na druhou stranu vy nemusíte od počátku vědět jistě, že v domě je skutečně útočník. Staly se i případy, že byl takto nešťastně zastřelen člen rodiny, který se v noci neplánovaně vrátil domů a pohyboval se potmě, aby ostatní nevzbudil;
- ⊙ pokud není pohyb v zástavbě nezbytně nutný, v situaci evidentního ohrožení může být nejlepším řešením zabarikádovat se v co nejbezpečnější, nejsnadněji hájitelné zóně a přivolat policii.

Základními složkami tohoto postupu jsou:

- ⊙ propátrání prostoru za rohem stěny,
- ⊙ průchod dveřmi do rizikové místnosti,
- ⊙ opatrné zdolání schodiště.

Při takovéto činnosti může být zbraň v rukou dvěma způsoby:

- 1. V pohotovostní pozici** – používá se především v situacích přesunu, kdy není výrazně patrná oblast možného rizika, a ve stísněných prostorách, které neumožňují běžnou střeleckou pozici. Výhody: zlepšené periferní vidění, v pozici vydržíte poměrně dlouhou dobu bez únavy rukou, zbraň je více chráněna proti pokusu o její sražení případným ukrytým protivníkem apod. Nevýhody: omezená pohotovost k dostatečně přesnému výstřelu.
- 2. Ve střelecké pozici** (namířená zbraň v napjatých rukou) – používá se především v situaci, kdy sledujeme zónu, kde je vysoká pravděpodobnost výskytu našeho cíle, nebo došlo-li k odhalení známek skryté hrozby (pohyb, zvuk, světlo, stín, část těla apod.). Výhody: okamžitá možnost efektivního použití zbraně s dostatečnou přesností. Nevýhody: ruce se zbraní mohou omezovat výhled, po delší době používání této techniky dochází k únavě rukou, v omezeném prostoru mohou natažené ruce se zbraní bránit pohybu a hrozí riziko případného výpadu na zbraň schovaným útočníkem.

Pozor!

Při pohybu musí být vždy ukazovák střelecké ruky mimo spoušť, to znamená narovnaný podél zbraně!

K provádění samotného pohybu po prostoru můžeme využít dva základní, již popsané druhy přemísťování:

- 1. Chůzi překračováním** – klasický pomalejší krok ze zbraní.
- 2. Posuny** – systém krok–sun–krok.

Výsledný komplexní pohyb po prostoru je obvykle vzájemnými kombinacemi uvedených technik (způsobů držení zbraně a přemísťování). Volíme jej co nejvhodněji podle momentální situace a podmínek bezprostředního okolí.

Taktické poznámky

- 1.** Postavení těsně u stěny („nalepení“) může znamenat zvýšení možnosti zásahu nejen přímou střelbou, ale i případnými odrazy.
- 2.** Dávejte pozor na dostatečnou vzdálenost od potencionálního úkrytu soupeře (roh stěny, okraj dveří), potřebná distance vám dává čas na optimální reakci.
- 3.** Dbejte potřebné opatrnosti u clon, za které (či do kterých) nevidíte a které jsou vyrobeny z průstřelného materiálu (např. dveře, skříně, sádkartonové nebo překližkové příčky, papírové krabice apod.) Snažte se ve svůj prospěch využít reflexní plochy (zrcadla, okna, skla obrazů apod.).
- 4.** Zachovávejte co největší tichost pohybu, pozor na nechtěné zvuky jako dupání, cinkání klíčů a mincí v kapse. Nanejvýš nepříjemné by také v podobné situaci bylo náhlé zazvonění vašeho mobilního telefonu.
- 5.** V místnostech dejte pozor na výhody světelných podmínek, i pohyb stínu na zemi může být tím, co upozorní na vaši momentální polohu.
- 6.** Vězte, že tato činnost není na čas. Co chvíli se zastavte, zaklekněte a snažte se zachytit jakékoliv zvuky, svědčící o přítomnosti a směru postavení případného útočníka.
- 7.** Snažte se v této krizové situaci co nejpomaleji táhle dýchat (je dobré nacvičovat proto nádech s napočítáním do deseti, na dalších deset pomalý výdech). To vám pomůže držet potřebně nízkou tepovou frekvenci, ztiší dech a omezí možnost chyb ve stavu zbrklosti a paniky.
- 8.** Za překážky v místnostech (zvláště nižší) nenahližejte shora, raději aplikujte krátké nahlédnutí ze strany v kleče, tedy ve výšce méně očekávané případným útočníkem.

Roh stěny

Opatrná kontrola neznámého rizikového prostoru za rohem je jedním ze základních prvků. Probíhá obvykle tak, že střelec stojí těsně u stěny se zbraní v ruce. Vzdálenost od rohu bude vždy určena zejména dispozicemi prostředí. Přesto platí „nenalepit se“ těsně k rohu, za kterým nevíme, co vlastně je. Znovu opakujeme, že čím je vzdálenost od tohoto místa větší, tím máme nejen více času na správnou reakci, ale také omezujeme nebezpečí útoku v přímém kontaktu. Nemusí totiž jít vždy o střelbu protivníka, ale i o pokus o zmocnění se vaší zbraně, případně o překvapivý útok chladnou zbraní apod. (*obr. 85a*)!



Obrázek 85

Dostatečná vzdálenost od překážky je dobrou prevencí proti překvapivému útoku z rizikové oblasti (a, b). Tzv. krájení (c) je účinným způsobem propátrávání nebezpečného prostoru za rohem. To provádíme drobnými posuny do půlkruhu, se současným výklonem. Tím nejenže nabízíme potenciálnímu útočníkovi nejmenší možnou část naší zásahové zóny, ale také si zachováváme šanci adekvátně reagovat při spatření cíle.



Zbraň držíme v napjatých rukou (v případě větší vzdálenosti od rohu) nebo v pohotovostní poloze (v těsném prostoru). Míříme zhruba 10 cm těsně vedle hrany (obr. 85b). Nyní se v této pozici vykloníme tak, abychom viděli dále do prostoru za rohem. Toho dosáhneme tím, že přeneseme váhu na nohu, která je více od zdi, tělo a ruce se zbraní nahneme za ní. Pohybem krok–sun–krok se v této vyhnuté poloze posouváme v mírně obloukovité dráze,

tím se našemu pohledu postupně takovými drobnými posuny část po části odkryje celý cílový prostor (*obr. 85c*). Vykloněná poloha se bude zdát možná někomu nepřirozená a poněkud nepohodlná, má to však svůj účel. Při náznaku nebezpečí se pouze navrátíte do přirozeného vzpřímeného postoje a tím prakticky mizíte z úhlu útoku (např. střelby). V takovém případě se již znovu nevyklánějte z téže pozice, ale prudce změňte polohu do kleku. Z tohoto výrazně sníženého postavení proveďte rychlý výklon a pokuste se zlikvidovat útočníka. Jde o osvědčenou techniku, která vám dává velmi reálné šance v možném střetnutí. Proto by měla mít patřičné místo ve výcviku.

Střelecké cvičení

Vytvořte si vhodnou bariérou imitaci rohu budovy. Může ji tvořit dosti velká lepenková deska či karton (míry alespoň 200×300 cm), umístěná kolmo ke směru střelby. Terč v podobě ozbrojené osoby umístíme cca do vzdálenosti 5 m (předpokládaná místnost) od „rohu budovy“ směrem k dopadišti střel. Střelec se postaví cca 1,5 m od simulovaného „rohu“ a počne se s namířenou zbraní opatrně ve zmíněné vykloněné pozici posunovat a postupně propátrávat oblast „za rohem“. Po spatření ozbrojené osoby (je vhodné občas nahradit terč i neterčem) se rychlým napřímením kryje za rohem. Poté ihned za krytem reaguje přechodem do kleku s následným výklonem se střelbou.

Nejčastější chyby

1. Příliš velké posuny.
2. Malý výklon.
3. Chybné vyhodnocení podmínek pro použití zbraně.
4. Pomalá reakce na spatření cíle.
5. Střelba do hrany našeho krytu.
6. Změna polohy probíhá mimo kryt.
7. Opakované vyklonění ve stejné pozici.
8. Nedostatečné zásahy.

Průchod dveřmi

Další část přípravy bude cílena na situaci, kdy chceme s co nejmenším omezením bezpečí prohledat rizikovou místnost. Musíme ale znovu dodat, že kvalitou provedení těchto preventivních úkonů pouze snižujeme obrovské riziko našeho napadení – dobře připravený a odhodlaný soupeř, číhající v úkrytu, může být oříškem i pro vycvičený tým speciální státní ozbrojené složky, natož pro jednotlivce bez pomoci a s omezenými prostředky. Život ale může přinést různé situace, kdy riskovat budete muset, protože na výběr prostě nebude. Složitost takových situací nemá být ale důvodem, proč si techniky, které mohou pomoci zachránit život v mezní situaci, nezkusit vůbec.

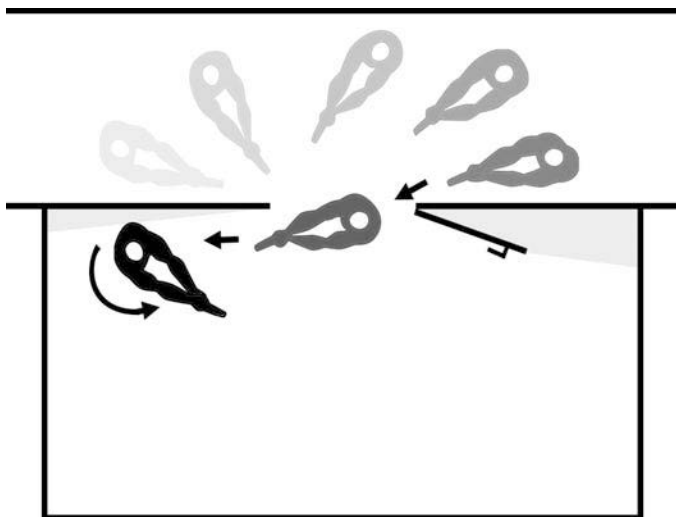
Samotný vstup do rizikové místnosti obvykle znamená otevření dveří. Za kliku berte opatrně (pozor na ruku před zbraní) ze strany clonění zděnou (pokud možno) stěnou.

Tento manévř provedte i pokud je stěna domu průstřelná (příp. sádrokarton apod.). Případná první palba protivníka na kohosi za dveřmi, lomcujícího klikou, bude s nejvyšší pravděpodobností vedena do středu vchodu (nejčastěji zhruba do oblasti prsou a hlavy; obr. 86). Poté co pootevřete, prudkým pohybem zatlačte (pokud se dveře otevírají směrem do prostoru, který chcete prohledat) tak, aby se dveře pokud možno otevřely do maxima a zastavily se s úderem o nějaký pevný předmět (to znamená ne o „měkkou“ hmotu – člověka číhajícího za dveřmi). Poté odstupte od dveří dozadu a postavte se do bezpečné vzdálenosti.



Obrázek 86

Otevírání dveří opatrným způsobem nás může uchránit od „velmi nepříjemného“ překvapení palbou skrz dveře



Obrázek 87

Schéma průchodu dveřmi



Obrázek 88

Pozice dále od nepropátraneho prostoru poskytuje vyšší šance na optimální reakci (a). Budete-li stát těsně u hrany dveří, může se stát, že se „objeví obrovská chlupatá ruka a vtáhne vás dovnitř“! Takové „čištění“ místností jednou osobou (b, c, d) je velmi kompromisní a nouzovou variantou. I v případě „školního provedení“ jde o velmi rizikový manévř.

Zaujměte postavení zcela u zdi (pohled do krajního rohu místnosti), poté se vykleňte do pozice nutné k dalšímu „vykrajování“. Pak pomalu propátrejte postupnými posuny celou viditelnou část místnosti (obr. 88a). Nyní, když máte hrubou představu o situaci uvnitř (a dalších případných rizikových místech), je načas vhodně vstoupit dovnitř a pátrat dále. To učiníme tak, že po průchodu dveřmi bleskově zkontrolujeme sektor za jedním rohem dveří (obr. 88b). Po letmé kontrole se otáčíme zády k této části místnosti (obr. 88c) se současným snížením své zásahové zóny (obr. 88d). Toto je jeden z mála způsobů, jak tuto činnost provést, pokud jsme zcela sami, chce to ale dostatečnou průpravu. (Někteří ještě při průchodu dveřmi doporučují letmo se ohlédnout přes rameno a pokusit se tak zkontrolovat prostor na opačné straně místnosti.) Tento postup lze nacvičovat prakticky kdekoli (doma, na chatě – možná jej budete cvičit právě tam, kde byste ho mohli později v obranné situaci využít).

Pozor!

Jako vždy pamatujte na potřebné bezpečnostní zásady (kontrola zbraně apod.). Pro svou jistotu (a všech kolem) můžete využít pro imitování zbraně pouhý rám s rukojetí, bez odloženého závěru (možné je také použití airsoftové zbraně). Pak skutečně nemůže k žádné tragédii dojít a všichni okolo mohou být klidní – v tomto stavu zbraň opravdu (a pro ostatní viditelně) nevystřelí. Přitom je stále čím mířit a máte pocit zbraně v rukou.

Obrázek 89

Při opatrném postupu místností je nutné pečlivě prohledat všechna místa takového charakteru, kde by se mohl ukrývat potenciální útočník. Při tomto úkonu je výhodné stát bokem, případně ve snížené pozici. Pak obvykle stahujeme zbraň k boku, to znamená co nejdále od prohledávaného místa.





Obrázek 90

Zdolání ohroženého prostoru schodiště vzhůru (a, b, c) bude vždy i přes intenzivní nácvik nelehkým úkolem. Charakter těchto míst je totiž velmi výhodný pro skrytí a nenadálý útok. Prohledávání schodiště směrem dolů (d) je ve srovnání s předchozí variantou rozhodně méně rizikové. Jde vlastně o aplikaci výklonu „za krytem“ se současným sestupováním.

Schodiště

Situace může vyžadovat i co nejopatrnější překonávání několika pater schodiště, a to směrem nahoru i dolů. Jako v předchozích statích je uvedený způsob jen nouzovějším kompromisním řešením pro krizovou situaci jednotlivce s omezenými možnostmi. Postup vzhůru provádíme tak, že zbraň namíříme na vrchní část hrany schodů nad námi. Sledujeme přes mířidla pozorně zónu, odkud by nás nad námi skrytý protivník mohl zaútočit. Tato potenciální místa jsou tři:

- ☉ plocha horního patra,
- ☉ zacloněná část schodiště šikmo nad námi,
- ☉ plochy horních pater při míjení mezery mezi schodišti.

Pomalu tedy začínáte postupovat vzhůru (schody vnímejte citem, ne zrakem) a současně kontrolovat obě popsané oblasti (to je dobré učinit po každém zvýšení pozice – výstupu na další schod; *obr. 90a*). Poté, co jste natolik vysoko, že vidíte na celé schodiště, otáčíte se a sledujete jen oblast patra nad sebou (*obr. 90b*). V této době se dostanete na konec schodů. Tam se zastavíte a výklonem mezerou mezi schodišti zkontrolujete všechny viditelné části dalších pater směrem vzhůru (*obr. 90c*). Tento postup můžete opakovaně provádět, dokud nedosáhnete celkového přesunu. Směrem dolů se schodiště propátrává mnohem snadněji. Spolu se samotným sestupováním přes hranu sledujte odkrývající se prostor (*obr. 90d*).

5.6.4 Střetnutí za zhoršených světelných podmínek

Většině z nás je jasné, a kriminalistické statistiky to dokládají, že nejvíce napadení se odehrává po setmění (více než 90 %). V následující kapitole se proto budeme zabývat problematikou střelby za zhoršených světelných podmínek.

Noční vidění

Se snižujícím se osvětlením přechází oko od barevného vidění k černobílému a přestáváme rozlišovat detaily při přímém pohledu. Budeme snáze vidět periferním viděním, i když víceméně černobíle. Při tomto vidění máme největší citlivost pro vnímání pohybu. Úplné adaptace na setmění dosahuje oko po desítkách minut pobytu ve tmě (cca 40 minut). Naopak zpětné přizpůsobení na normální osvětlení proběhne během několika desítek sekund. Poté musí oko projít opět celou zdlouhavou adaptací na tmu. Je prokázáno, že nošení tmavých brýlí přes den může být přípravou na noční vidění. Pokud si potřebujeme na něco posvítit a nenarušit adaptaci na tmu, pak využijme tlumené červené světlo.

Důsledky plynoucí ze zhoršeného vidění

Při zhoršení světelných podmínek dochází v lidském chování ke změnám vědomého i nevědomého původu. Při pobytu venku ve tmě mají lidé tendenci zaměřovat zrak na horizont a snažit se rozpoznávat obrysy předmětů v kontrastu k němu. Kromě toho je pozornost automaticky

přitahována zdroji světla. Dále je ztíženo rozpoznávání překážek a tím se zpomaluje pohyb, stejně tak i tempo procesu rozhodování. Při skládání výsledného zrakového vjemu se uplatňují nejen signály ze sítnice oka, ale také poznatky z naší paměti, a to na základě zkušenosti s podobnou situací a očekáváním. Při pocitu nebezpečí nebo strachu tak může dojít ke zkreslení, kdy např. mobilní telefon v ruce druhé osoby můžete považovat za zbraň apod. Také vlivem stresové reakce dojde k značnému roztažení zornic a tím se prohloubí neostrost vidění.

Vybavení

Noční mířidla

Běžnou zbraň pro službu či sebeobranu lze dovybavit mířidly, která jasně svítí i za naprosté tmy. Obvyklá úprava mířidel fosforovým nátěrem je totiž naprosto nedostačující. Některá takto upravená mířidla sice jsou po intenzivním nasvícení silným zdrojem na několik okamžiků zřetelnější, ale toto „nabití“ poměrně rychle odeznívá a představa, že v časovém stresu vznikající přestřelky budu svá mířidla bleskově „nasvěcovat“, je přinejmenším naivní. Systém fungující na stálém světle vydávaném plynným tritiem umístěným bezpečně v miniaturních baňkách zaručuje dostatečný osvit mířidel, garantovaný výrobcí zhruba po dobu deseti let (obr. 91). Nejznámější výrobky jsou mířidla Trijicon a Meprolight.



Obrázek 91

V šeru se silueta zbraně v našich rukou stává málo patrnou, i když je ještě poměrně jasně viditelná silueta cíle. Svítící tritiová mířidla pak mohou být velkou výhodou.

Svítilny

Další možností je kombinace se svítilnou. Rozhodujícími faktory pro její výběr jsou:

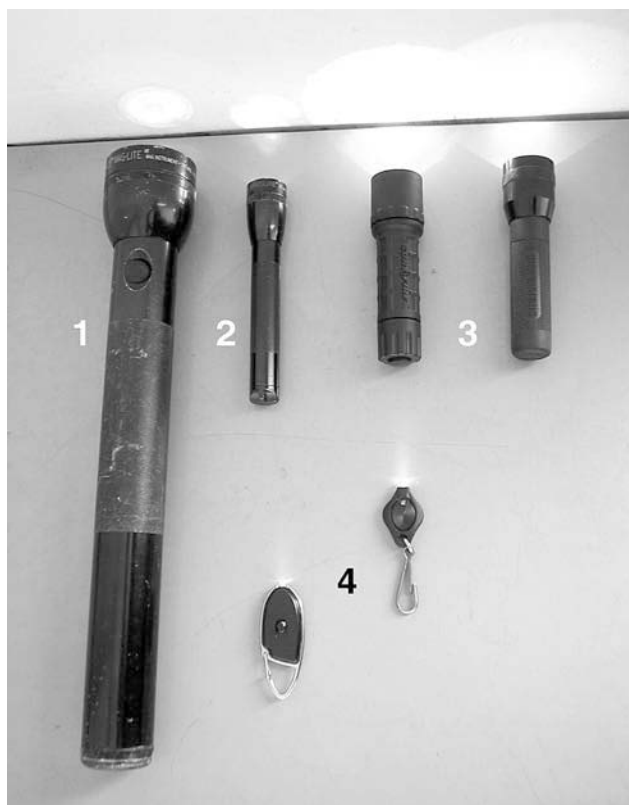
- ⊙ intenzita osvětlení a rozptyl paprsku,
- ⊙ rozměry a hmotnost,
- ⊙ výdrž zdrojů,

- ⊙ odolnost a vodotěsnost,
- ⊙ umístění systému vypínače,
- ⊙ cena svítilny a zdroje.

Na současném trhu se nachází mnoho kvalitních výrobků s možným použitím pro součinnost se zbraní, každý má své přednosti a zápory. Svítilny značky Maglite a jejich kopie (obr. 92.1) jsou bytelné, robustní, s vodotěsnou úpravou. Jsou nabízeny v mnoha velikostech a variantách, nejvíce je užívána těžká verze na tři až čtyři články, použitelná i jako obušek. Je určena především pro služební účely. Nevýhodou je vysoká hmotnost a příliš velké rozměry svítilny pro denní běžné nošení. Může být ale přínosné mít ji připravenou ve vozidle pro případnou nutnost dlouhodobějšího prohledávání. Dosti běžné menší verze svítilen Maglite na dvě tužkové baterie (obr. 92.2) neposkytují potřebnou míru osvětlení a zároveň je nelze, díky ovládání otáčením přední části, pohodově obsluhovat jednoruč. Proto se pro účely použití se zbraní hodí pouze omezeně. Novou koncepcí v oblasti svítilen se staly produkty firem Laser

Obrázek 92

K výběru svítilny pro používání společně se zbraní je nutné zvážit spoustu faktorů. Každá svítilna má své výhody a nevýhody. Na snímku jsou: velká čtyřčládková svítilna Maglite (1), menší provedení od téže firmy na dva tužkové články (2), halogenové taktické „nasvěcovače cíle“ značek Sure-fire a Scorpion (3) a diodové přívěsky pro nouzové použití (4).



product a Streamlight. Svítilny značek Sure-Fire a Scorpion (*obr. 92.3*) byly vyvinuty cíleně jako taktické prostředky pro nasvícení cíle. Jejich intenzita osvětlení je vzhledem k rozměrům a hmotnosti obrovská. Svítivost je taková, že i přes den vytváří svitem oslnivé bílé kolo a v situaci náhlého rozsvícení svítilny do očí protivníka může způsobit až šokující oslnění. Nevýhodou těchto výrobků je však malá životnost článků a vysoká cena jak zdrojů (zhruba 2× 150 Kč), tak svítilny (dle ověřených informací však lze výrazné úspory peněz u svítilen Sure-Fire dosáhnout jejich nákupem přes internet v USA). Doba permanentního osvětlení je cca 30 minut. Jak už jsme ale řekli, slouží především ke krátkodobému osvětlení, nikoli k dlouhodobému pátrání a vyhledávání. Jedním z dalších velmi praktických prostředků, které lze také nouzově využít pro prohledávání tmavých míst se zbraní a případné nasvícení cíle, jsou stále oblíbenější diodové přívěsky (*obr. 92.4*). Přestože jde o velmi titěrné záležitosti, které můžeme mít stále s sebou, jejich osvit je překvapivě silný. Malá baterie má, díky velmi zanedbatelnému odběru diod, svítivost až několik desítek hodin. Takový přívěsek je nejen vhodný pro potřebnou kontrolu temného schodiště nebo tmavého podchodu, ale lze s ním cca do vzdálenosti 10 metrů celkem dobře rozeznat i obličej člověka, zbraň v rukou osoby a v případě nouze i vést v naprosté tmě účelně střelbu. Intenzita světla se sice rozhodně nemůže měřit s mnohem účinnějšími, již zmíněnými prostředky, ale ty zas nemusíme mít vždy po ruce...

Techniky použití svítilny při střelbě

Systémy kombinace světelného zdroje se střelnou zbraní se snaží zejména o to, aby splňovaly několik mnohdy rozporuplných zásad. Jde o bezvadnou koordinaci svítilny a zbraně, dobré ovládání zpětného rázu výstřelu, možnost rychlého zaměření zbraní i hledisko umístění světla mimo polohu střelce. Jednou z nejpoužívanějších je Harriesova metoda, která vychází z bočního střeleckého postoje (*obr. 93*). Svítilna je držena slabou rukou nadhmatem a je v kontaktu se hřbetem a zápěstím silné ruky. Palec může ovládat vypínač svítilen různých typů – dlouhých s ovládáním v přední části i kratších se spínačem na dně svítilny. Tato poloha je proto velice univerzální a používaná.



Obrázek 93

Jednou z nejznámějších technik střelby se svítilnou je tzv. Harriesova metoda. Jde takříkajíc o „jeden a půl ruční“ ovládání zbraně s poměrně dobrou možností rychlé střelby.

Obrázek 94
Rogersova technika, též zvaná „cigar technique“, je určená výhradně pro krátké svítilny s ovládáním stiskem v zadní části. Svítilny určené pro tuto techniku bývají někdy opatřeny speciálním kroužkem pro oporu prstů.



Potom, co se na trhu objevily svítilny Sure-Fire a Scorpion, byla vymyšlena možnost střelby s využitím ovládání tlakem na spínač v zadní části, nazvaná příznačně podle úchopu „technika doutníku“. Svítilna je umístěna mezi ukazovákem a prostředníkem slabé ruky a ovladač na dně je opřen o dlaň (*obr. 94*). Ruce jsou opřeny na sobě téměř jako při klasickém obouručním držení. Při tomto způsobu se snad nejdokonaleji kontroluje zpětný ráz zbraně a svítilna je pohotově ovládána. Obě zmíněné polohy mají velkou výhodu v částečném obouručním držení zbraně, umožňují plnohodnotné užití v pohotovostní poloze. Nevýhodou je však možnost zachycení, vykopnutí či odklonění zbraně i svítilny současně.

Tento problém zase částečně řeší další z uvedených způsobů. Technika, která je i vhodnou (a velice používanou) zejména pro jednání s podezřelou osobou. Předpokládá využití dlouhé válcovité svítilny, např. uvedeného typu Maglite. Délka svítilny a robustnost se zde stává výhodou. Svítilnu položenou na slabém rameni držíme nadhmatem slabou rukou (*obr. 95*). Střelecká ruka může být na zbraní, v pohotovostní poloze, nebo mířit na cíl a vést

Obrázek 95
Výhodou tzv. policejní techniky je nejen nasvícení mířících prvků společně s cílem, ale i možnost nouzového využití svítilny jako úderového prostředku. Tento způsob je předurčen pro robustní typy služebních svítilen se spínačem v přední části.



střelbu. Úchyt svítilny pokrčenou rukou zde vytváří zároveň náprah pro případné užití k úderu. To je výhodné při situaci, kdy by např. nastal náhlý pokus o zmocnění se zbraně protivníkem nebo by bylo vhodné zastavení útočníka méně razantní formou než výstřely. Tato technika dává možnost rychlé koordinace světla a střelby a díky poloze až za namířenou zbraň dokonale osvětluje mířidla. Při nevhodném provedení může ale dojít k částečnému osvětlení střelce.

Všechny výše zmíněné způsoby mají jednu zásadní nevýhodu. To, že zbraň je přímo držena před tělem, znamená, že každý výstřel protivníka na světelný cíl prakticky znamená i zásah naší osoby. To se snaží eliminovat poslední způsob, tzv. prohledávací technika. Svítilna je držena co nejvíce do strany a vzhůru od osy těla střelce (obr. 96). Ruka se zbraní je natažena směrem k cíli. Světlo musí být umístěno nepatrně před tělem, aby bočně neosvětlovalo siluetu střelce. Základní výhodou tohoto systému je umístění světelného cíle mimo oblast vaší zásahové zóny. Naopak mezi hlavní nedostatky patří horší koordinace světla a zbraně při střelbě, případně obtížné dlouhodobé užívání této pozice. Omezené prostorové podmínky, s jakými se v zástavbě pravděpodobně setkáme, mohou také ztížit aplikaci této metody.



Obrázek 96

Tzv. prohledávací technika FBI je jedním z mála způsobů jak předejít zásahu případnou střelbou protivníka přímo na zdroj světla. Cenou za to je však znatelně horší koordinace zbraně a svítilny.

Montáž svítilny na zbraň

Jinou cestou použití osvětlení při střelbě je jeho montáž na samotnou zbraň. V případě dlouhých zbraní, zejména u policejních a armádních složek, je to dnes řešení naprosto běžné. V případě krátké zbraně existují pro takový způsob užívání svítilny dvě základní technická provedení. Jedno spočívá v upevnění montáže svítilny před lučíc spouště do speciálních drážek v přední části rámu zbraně, které jsou dnes u mnoha moderních typů již běžnou úpravou (obr. 97.2). Druhým způsobem je montáž připevněná přímo na zásobník zbraně (obr. 97.1). První varianta s sebou nese problém fixace světelného zdroje ke zbraní a z toho některé plynoucí důsledky, např. potíže s pouzdrem zbraně. Takový komplet ale lze nosit zvlášť na opasku a v případě potřeby (např. nutnosti propátrání určitého prostoru) poměrně rychle



Obrázek 97

Fixace zdroje světla na zbraň může být velkou výhodou při nočním střetnutí. Pro sebeobraně použití zbraně s předpokladem celodenního skrytého nošení však nejde rozhodně o nejpraktičtější záležitost, a to nejen pro znatelné zvětšení rozměrů, ale i pro potíže s vhodnými pouzdry.

instalovat na zbraň. Svítilna je ovládána oboustranným spínačem v zadní části kompletu. Takovéto řešení poskytuje střelecky velmi pohodové a jisté ovládání zbraně. Druhý způsob fixace svítilny, na patku zásobníku, zase může přinášet problémy při ovládání spínače svítilny a fakt nezbytného vyhození osvětlení spolu s vystřeleným zásobníkem. Přesto i tato koncepce je využívána. Montáž se obvykle nosí na rezervním zásobníku. V případě nouze lze omezeně nosit zbraň v pouzdře spolu se svítilnou.

Nácvik základní manipulace svítilnou

Jakýkoliv výcvik střelby za snížené viditelnosti nelze provádět bez dostatečného zažití bezpečnostních návyků a intenzivního „nasušení“ jednotlivých pozic. Svěřit zbraň nevytrénované osobě a zhasnout může skončit katastrofou. Vybavení zbraně tritiovými mířidly by mělo být pro takovou činnost již samozřejmostí. Manipulaci se svítilnou a samotnou střelbu s ní nacvičujte nejprve za plného osvětlení. Teprve až dokonale zvládnete koordinaci svítilny se

zbraní, zkomplikujte si trénink zhoršením světelných podmínek a pak až naprostou tmou. Postupně si najdete „svůj“ způsob ovládání zbraně a svítilny, který vám nejlépe vyhovuje. Ten je pak třeba intenzivně cvičit a zvykat si na všechna specifika, která zde mohou vznikat.

Střelecké cvičení

Na vhodné kryté střelnici si ve vzdálenosti do 10 metrů nachystáme terč. Střelec si připraví zbraň a svítilnu (zatím zhasnutou) do pohotovostní polohy (použije jeden z popsaných systémů držení). Odpovědná osoba poté nechá zhasnout osvětlení střelnice a dá povel k činnosti. Střelec reaguje:

- ⊙ osvětlením cíle s vyhodnocením,
- ⊙ rychlou a přesnou sérií 2–3 ran,
- ⊙ zhasnutím svítilny a stranovým úkrokem do kleku.

Pro kontrolu místa cíle s namířenou zbraní (čekání na případné záblesky střelby protivníka) po chvíli opatrně rozsvítí a přesvědčí se o „eliminaci protivníka“.

Činnost v krytu při použití svítilny

Zvládnutí základních technik krytí při střetnutí za snížené viditelnosti je důležité nejen pro samotné účinné vedení bojové činnosti, ale i nezbytným předpokladem pro aplikaci opatrného propátrávání ohroženého prostoru za tmy. Jedná se o zvláštní kombinaci dvou již probíraných postupů – střelby za krytem a použití zbraně ze svítilnou.

Jako nejméně výhodná metoda se k použití střelby z krytu za tmy jeví jednoruký způsob s pokládáním svítilny na opačné rameno, kdy je v tomto případě k osvětlení cíle z krytu nutný nebezpečně velký výklon. Ostatní systémy lze účelně využít, ale je opět vhodné vybrat si ten, který nám po nutném vyzkoušení nejvíce individuálně vyhovuje. Před samotným nácvikem na střelnici je jako vždy nutný dostatečně důkladný „suchý“ nácvik mnoha specifik této činnosti. Jde zejména o již popsané požadavky na bezvadnou manipulaci se svítilnou a zbraní (koordinace kuželu světla s mířidly zbraně, práce se spínačem, „zapichování“, přenášení atd.) v kombinaci se standardními činnostmi v krytu (vzdálenost od krytu, poloha nohou a hlavy, výklony, výškové změny polohy apod.). Při praktickém výcviku na střelnici opět nezapomeňte na zvýšené dodržování bezpečnosti – mějte neustále na paměti, že spojení zbraně a tmy je vždy dosti riziková kombinace.

Z hlediska taktiky je optimální, abyste rozsvěcovali svítilnu až s výklonem z krytu. Pokud budete používat světlo neustále i za krytem, odraz osvětlení od překážky (např. světél zdi) vás snadno může činit velmi patrným pro soupeře. I pouhé prozrazení momentálního postavení totiž může při střetnutí znamenat velkou, mnohdy osudovou nevýhodu. Zvláště za zhoršených světelných podmínek jde totiž především o to, alespoň přibližně vědět, kde je protivník (*obr. 98*). Současnou snahou ale také je, abyste do vhodného momentu pro použití zbraně zůstali ve tmě neodhaleni. Zásadou je tedy následné „nadřilované“ provedení – rozsvícení současně s výklonem, identifikace cíle, krátká série ran, zhasnutí a opětovné krytí. Další podobnou



Obrázek 98

Při použití zbraně z krytu v kombinaci se svítlnou je nutné dbát na to, aby nedošlo k našemu osvětlu odrazem světla o kryt. To lze ovlivnit i nastavením šíře paprsku na svítlně. Jak je z obrázku patrné, svítlny Sure-Fire a Streamlight mohou dokázat svým halogenovým světlem prakticky vyřazení protivníka z činnosti.



Obrázek 99

Vzdálenost zdroje světla od zásahové zóny během vyhlížení z krytu je jedním z dalších cenných taktických prvků. V praxi to může znamenat, že výstřel připraveného protivníka netrefí právě vaši hlavu.

akci je takticky vhodné provést již z jiného stanoviště, příp. strany krytu nebo alespoň v jiné výškové poloze (např. rychlá změna stoj – klek za krytem).

Jiným specifickým úkonem je delší pátrání z krytu a vyhledávání případného cíle. Zde lze modifikovaně použít tzv. vyhledávací způsob koordinace zbraně a svítlny. Provedení vypadá tak, že střelec v poloze v kleče opatrně vyhlíží z krytu, zbraň drží jednoruč v pohotovostní poloze. Vzhůru natažená slabá ruka drží svítlnu v poloze co nejvýše nad hlavou, těsně vedle hrany krytu. Rozdílná výška výklonu hlavy se zbraní a svítlny dává částečnou šanci, že první překvapivý útok soupeře bude směřovat do momentální polohy světla, tedy cca 40 cm nad vaši hlavu (obr. 99). Další variantou obdobné polohy je postavení za některým užším krytem (sloup, strom apod.), kde z jedné strany jednoruč vyhlížíme se zbraní a z druhé používáme světelný zdroj.

Nejčastější chyby

1. Nedostatečně zažité dílčí dovednosti – techniky střelby za krytem a koordinace střelby se svítilnou.
2. Nevhodné načasování (či úplné opomenutí) zhasnutí svítilny po každém výklonu.
3. Neprovedení taktické změny pozice po každém rozsvícení či sérii ran.
4. U vyhledávacích technik nedostatečně velká vzdálenost svítilny od vyklánějící se hlavy střelce.

Přebíjení a manipulace se zbraní při použití svítilny

Nutnost přebít, odstranit závalu na zbraní, zkrátka vznik některého z podnětů vedoucího k neplánovanému (ale i plánovanému – taktické přebíjení) zastavení střelby v době, kdy používáte zbraň zároveň se svítilnou, je poměrně komplikovanou situací. Horší situace je to o to, že vaše slabá ruka je zaměstnána fixací svítilny a koordinací světla se zbraní. Obě ruce jsou zkrátka plné a čas běží. Není jistě třeba připomínat, že na to, abyste podobné činnosti mohli provádět za takto ztížených podmínek, musí být úroveň standardních technik ve fázi naprosté automatizace. Existují v zásadě dvě základní možnosti provedení, užívané pro takové krizové scénáře.

1. Ihned zhasneme světelný zdroj (nutnost neustálé možnosti ovládat spínač svítilny) a provedeme stranový útok s klekem (pokud jsme v krytu, schováme se za překážku z dosahu palby protivníka). Současně s tím, jak zaujímáme klek, umístíme svítilnu do podkolení. Další možností je zastrčení do kalhot za pásek, případně, pokud to velikost dovolí, uložení do kapsy. Nyní provedeme výměnu zásobníku nebo odstranění závady. Poté, co jsme opět zprovoznil zbraň, chvíli v klidu posloucháme a soustředíme se. Až pak uvážlivě a opatrně použijeme svítilnu.

Poznámka

Některé ze svítilen jsou vybavovány poutkem na ruku. V takovém případě se může vyplácet navléci si před použitím poutko na zápěstí slabé paže. V momentu potřeby uvolnění ruky pro potřebnou manipulaci pouze po zhasnutí pustíme takto jištěný světelný zdroj.

Nejčastější chyby

- ☉ Spínač svítilny není pod permanentní kontrolou.
- ☉ Nesprávná technika „uložení svítilny“.
- ☉ Položení svítilny na zem nebo do míst, kde bude později jen obtížně dostupná nebo nalezitelná.
- ☉ Následující nepromyšlené a zbrklé rozsvícení svítilny.

2. Položíme ihned svítilnu na zem osvitem směrem k pozici protivníka a co nejrychleji se od ní vzdálíme do boku. Poté jako v předchozím případě uvedeme zbraň do střelbyschopného stavu. K ležící svítilně se ihned nepřibližujeme, naopak soustředění s připravenou zbraní vyčkáme, nevystřelí-li protivník na naše předchozí osvětlené postavení nebo nezpozorujete-li v odlesku světla jeho další činnost. Stane-li se tak, opětujeme střelbu podle lokalizace záblesků výstřelů soupeře nebo na jeho patrnou osvětlenou siluetu. Tato metoda je v porovnání s 1. variantou méně výhodnou. Jednak se už jen těžko budeme k ležící svítilně vracet, a pokud není vybavena klipsem, nezřídka se může stát, že se vlivem sklonu podložky skutálí, což by mohlo v extrémním případě skončit i naším nežádoucím osvitem.

Nejčastější chyby

- ⊙ Střelec se včas „nezbaví“ rozsvícené svítilny.
- ⊙ Střelec zaujme boční postavení příliš vpředu nebo tak, že je osvětlen a patrný soupeři.
- ⊙ Okamžitý a bezhlavý návrat k ležící svítilně.

Reakce na palbu protivníka za tmy

Tím máme na mysli nelehkou situaci, kdy buď nemáme k dispozici svítilnu, nebo není vhodné ji použít. Střelbu zaměřujeme do míst, odkud je vedena palba, což rozpoznáme pouze podle záblesku. Jde o extrémní a značně nebezpečné použití zbraně. Identifikace soupeře je zde výrazně ztížena, neprovedená koordinace s případným kolegou nebo chybné vyhodnocení cíle snadno může skončit tragédií. Pomocným znakem může být alespoň vodítko, že podlouhlý tvar záblesků výstřelů neznamená palbu naším směrem. V případě naprosté jistoty cíle reagujeme na střelbu protivníka a snažíme se co nejdříve a nejpresněji zasáhnout jeho odhalené postavení. V této nelehké situaci využíváme zejména návyku podvědomého „zapáchnutí“ zbraně (v případě pohotovostní polohy) nebo přenesení (v případě namířené zbraně). Jde o aplikaci dovedností, se kterými jsme se již setkávali u mnoha předchozích technik. Zde jsme však na tyto návyky odkázáni snad nejvíce ze všech dosavadních cvičení. Obvyklá letmá kontrola mířících prvků a polohy cíle za naprosté tmy není prakticky možná (použití tritiových mířidel však může situaci značně usnadnit).

Poznámka

Velmi často někteří renomovaní autoři radí osvětit si cíl a siluetu mířidel několika rychlými výstřely. To ale při použití devítimilimetrové zbraně naprosto nefunguje. Nejen že nic vlastně neuvidíte (kromě oslnivých rudých kol), ale budete na delší dobu naprosto oslněni pro šanci, kdyby se světelné podmínky nějakým způsobem pozměnily k lepšímu. Také zbytečné „plácání“ nábojů a střelba naslepo (s možností zásahu něčeho, co trefit nechceme) je přinejmenším dalším důvodem, proč se o takovou věc za tmy vůbec nepokoušet.

Po každé sérii výstřelů by v reálné situaci mělo z pochopitelných důvodů následovat taktické přemístění z prozrazené pozice. Pozor však na opatrný pohyb ve tmě a možnost srážky či pádu v neznámém prostředí!

Způsob nácviiku

Popsané dovednosti je možné alespoň omezeně trénovat na téměř jakékoliv kryté střelnici. Záblesky výstřelů protivníka lze do jisté míry cvičně nahradit. Pro naše potřeby je možné světelný efekt výstřelu celkem lacině imitovat žárovíčkou (či diodou) se zdrojem na dostatečně dlouhém drátu (cca 20 m). Světelné těleso se zezadu prosune otvorem v papírovém terči (příp. kartonu), vodící drát se zdrojem pak natáhneme za postavení střelce. Střelec se připraví a určená osoba zhasne (pozor na bezpečnost – sektor střelby, orientace). Tréninkový kolega pak po zahájení cvičení blikáním imituje palbu soupeře ze tmy. Cílem cvičení je rychle a přesně reagovat na tento podnět a umístit zásahy co nejbližší pozici „na nás střílející zbraně“. Po skončení cvičení se rozsvítí a následuje vyhodnocení zásahů v siluetě terče protivníka. Samozřejmě, že životnost zdroje světla a vodičů nemusí být nekonečná, ale střílet je bývá obvykle otázkou mnoha desítek (i stovek) výstřelů. „Náhradní díly“ je ovšem potřebné mít ihned k dispozici.

Nejčastější chyby

1. Špatný (křivý) úchop zbraně.
2. Nedostatečně zažitá technika „zapíchnutí“ a přenesení.

Taktické poznámky

Taktika střetnutí za zhoršených světelných podmínek má s bojem za světla mnoho společných bodů, ale v některých specifických detailech se liší. Zde jsou ty nejhlavnější zásady:

- ⊙ Platí, že jakékoliv tmavé místo může představovat potencionální hrozbu – to, že nikoho nevidíte, není důvodem, proč by někdo zrovna nesledoval vás.
- ⊙ Svítílno v šeru používejte, pouze když nezbytně musíte – každým rozsvícením nejen že prozrazujete své postavení, ale je i na určitou dobu otupena vaše schopnost nočního vidění.
- ⊙ Svítílno rozsvěcujte, až když zbraň míří do rizikové oblasti a jste připraveni reagovat.
- ⊙ Pohybujte se co nejopatrněji a potichu, i ve tmě se snažte svítit vždy jen pro vyhledání a rozpoznání cíle, krátce nato již můžete soupeře poměrně přesně trefit i potmě.
- ⊙ Nesvíte pokud možno opakovaně z téhož místa, vždy po každém zapnutí svítílny nezapomeňte změnit postavení a potichu kontrolovat okolí.
- ⊙ Dávejte si pozor na světlé pozadí, i slabé osvětlení za vašimi zády zvýrazní vaši siluetu – kriminální živel na rozdíl od vás pravděpodobně nemusí váhat střílet na jakýkoliv podezřelý tvar nebo zvuk.

- Využívejte krytu a skrytí, jak je to jen možné, nespolehejte se jen na zhoršenou viditelnost jako prostředek ochrany – to, že jste hůře vidět, ještě neznamená, že nemůžete být zasaženi.
- Dávejte pozor při manipulaci se svítilnou, abyste zbytečně neosvítili nějaký reflexní předmět před námi, to by vás mohlo osvětlit či oslnit (např. okenní sklo odrazí 5 % světla).
- Pozor na negativní efekt tunelového vidění, ten může být ještě umocněn použitím svítilny, kdy se koncentrace na poměrně úzký osvětlený prostor znásobí.

5.6.5 Střelba po zranění

Střelecké střetnutí je vlastně oboustranná snaha se co nejdříve a neúčinněji strefit. Protivníka zastavit, to znamená většinou zranit či zabít... Bylo by poněkud bláhové domnívat se, že natolik mezní a krizovou situaci zrovna my přežijeme bez škrábnutí. Připravit se ale na to, že utrpíme zranění, a počítat s tím, že i přes obrovskou bolest budeme schopni dále bojovat, je velkým problémem. I do prvního zranění je přestřelka tak drastickou a extrémní situací, že nikdo dopředu nemůže tvrdit, že obstojí. Pouhé zjištění toho, že jsme inkasovali zásah palnou zbraní, nehledě na závažnost poranění, může znamenat tak otřesnou zkušenost, že nás může zcela ochromit. Byly popsány případy střelců, kteří i po drobném a zdravotně nepodstatném zásahu do končetiny na další boj zcela rezignovali a situaci vzdali. Jsou ovšem i jedinci, kteří si pod vlivem „adrenalinového“ stavu ani nevšimli vlastního těžkého poranění. V případě vážnějšího poškození organismu, kdy dojde k významné krevní ztrátě, však přistupuje faktor oběhového šoku. Jeho vliv se zpravidla prosazuje bez ohledu na to, jak je kdo fyzicky i psychicky odolný.

Po tomto asi dost skeptickém úvodu chceme přeci jen ukázat, že pokud zranění není fatální a situaci psychicky zvládneme, existují střelecké techniky, které mohou naše šance o něco zvýšit. Pokud jste zraněni, snažte se o jedinou věc – o upnutí myšlenek na boj a vítězství. To údajně může pomoci snížit pravděpodobnost přechodu organismu do šokového stavu. Lidé, kteří byli v podobných situacích zasaženi, tvrdili, že zaměření se na jejich „základní problém“ a jeho řešení bylo prostředkem proti vnímání zranění. A pokud se budeme bavit o taktickém chování v takové situaci, při jakémkoliv poranění platí více než kdy jindy nutnost se co nejdříve dostat do krytu. Pokud je ale vaše schopnost pohybovat se výrazně omezena, snažte se alespoň bojovat dále z místa a polohy, kde se právě nalézáte. Jistěže to není moc, ale druhou možností je už jen složení zbraně. Mějte na paměti, že jakmile palba z vaší strany přestane, může to být signálem pro soupeře, aby zvýšil aktivitu a skoncoval to s vámi.

Pozor!

Při provádění těchto neobvyklých technik je obtížné vždy dodržovat bezpečný směr zbraně. Podobný výcvik je možné provádět pouze z vyspělými střelci a to jen po důkladné „suché“ přípravě. Při ostré střelbě, zvláště v počátcích, je cvičíme co nejpomaleji (zvláště levou rukou, zde je mnohdy velký problém s udržení prstu mimo spoušť). Tyto postupy není cílem zvládnout na čas, ale dokázat je vykonat vůbec.

Komplexní příprava se obvykle sestává z reakcí na možnost ochromení zásahem pravé nebo levé horní končetiny či nohou a trupu.

Techniky po zneschopnění jedné paže

Obě ruce musí samostatně zvládnout (tzn. bez pomoci druhé, zraněné paže) takřikajíc „jednoruční abecedu“:

- ⊙ tasení,
- ⊙ střelbu vstojе (a v jiných polohách),
- ⊙ výměnu rukou v úchopu,
- ⊙ přebíjení,
- ⊙ odstranění některých závad.

Tasení jednoruč

Cílem je co nejpohotovější a nejbezpečnější vyjmutí zbraně z pouzdra. U silné ruky nejde o žádný větší problém. Problémy nastávají u slabé ruky. Vyjmout slabou rukou z pouzdra zbraň (jako první se rozpíná případná pojistka pouzdra) může být někdy i nemožné. Obtíže mají obzvláště mohutnější, méně ohební střelci nebo majitelé některých samosvorných pouzder s malou stranovou vůlí, u kterých lze zbraň vytahovat výhradně přesně nahoru (např. výrobky izraelské firmy Fobus). Většina těch, kteří nosí zbraň za kyčelní kosti na své silné straně, ji bude slabou rukou snadněji vytahovat za zády (*obr. 100*). Kdo ale má pouzdro o něco více vpředu na boku, ten se musí usilovně snažit nahnout nad dotyčný bok a pokusit se jistě ne o bleskové tasení. Pokud bude v cestě příliš velké břicho, může jít pouze o marné pokusy. Pozor ale na krkolomné zkoušení úchopu zbraně obráceně (tzn. palcem k zásobníku) a následného velmi nebezpečného přehazování do běžného držení. Ve stresu reálné konfrontace by to mohlo skončit ztrátou zbraně (a poté zřejmě i života), na střelnici pak půjde s nábojem v komoře o velmi nebezpečný hazard. Postoj pro střelbu jednoruč byl již popsán ve fázi I, dalšími polohami jsme se zabývali ve fázi II.



Obrázek 100

Vytahování zbraně z pouzdra slabou rukou není rozhodně nejpohodlnější činností. I když situace vyřazení jedné z rukou vážným zraněním nemusí být nejčastějším scénářem ozbrojeného střetu, jde o neodmyslitelnou součást komplexní přípravy. V nejhorším případě proto, abyste jednou bezmocně nečekali na svůj konec.

Přendání zbraně do druhé ruky, tzv. přemodlení

K ochromení střelecké ruky může dojít i v situaci, kdy zbraň již byla tasena. Pro tuto variantu je nutné nacvičit i přesun zbraně z dominantní ruky do druhé (a naopak). Tato technika se provádí tak, že se obě ruce, které drží zbraň v obvyklém obouručním úchopu, stáhnou do oblasti pohotovostní polohy. Současně se prsty obou rukou povolí v úchopu. Zbraň je nyní vlastně mezi dlaněmi pootevřených rukou (proto „přemodlení“). Nyní slabá (či silná) ruka sjede palcem nad úchop k ostruze zbraně a směrem vpřed postupně dosáhne požadovaného sevření rukojeti (předtím se úchopová ruka stahuje vzad). Zpravidla je tato změna spojena i se změnou postoje – postavení nohou. S následujícím vytrčením („zapíchnutím“) ruky do jednoruční střelecké pozice vykročí vpřed i stejnostranná dolní končetina. Druhou (jakoby zraněnou) paži se snažíme fixovat podél hrudi.

Přebíjení jednoruč

Jde o vyřešení svízelné situace, kdy nám při nouzové střelbě jednou rukou došly náboje ve zbraní. Reakcí na závěr v zadní poloze je zakleknutí na stejnostranné koleno, k ruce držící zbraň. V průběhu zaujímání kleku vyhodíme zásobník a s dokleknutím umístíme přední část zbraně do podkolení. S dokleknutím je pak zbraň dostatečně zafixována pro další manipulaci (a my jsme současně zmenšením pozice výrazně snížili svou siluetu pro zásah). Funkční rukou sáhneme pro zásobník a zasuneme do zbraně (obr. 101). Pak uchopíme rukojeť a během dopředného pohybu shodíme záchyt závěru (v případě levé ruky ukazovákem; obr. 102) a můžeme vést další střelbu z kleku (po přebíjení již zpravidla nevstáváme). Jinou, někdy užívanou alternativou, která částečně umožňuje i pohyb, je fixace zbraně za opaskem na břiše.

Obrázek 101

Výměna zásobníku při zneschopnění jedné z horních končetin ani přes intenzivní nácvik zřejmě nikdy nedosáhne kvality regulérního přebíjení obouruč. I proto bude vždy nutné tuto nouzovou techniku provést s důslednou zrakovou kontrolou.





Obrázek 102

Poslední fáze přebíjení pouze slabou rukou, shovení závěru ukazovákem. Další variantou nouzového vypuštění je zatažení závěru o opasek.



Obrázek 103

Razantní pohyb zbraně přitlačené k tělu je garancí natažení závěru. Ať už se mířidla zarazí za cokoliv – opasek, pouzdro, okraj kalhot či kožní řasu. Eventuální oděrka od mířidel bude zřejmě v takové situaci zcela nepodstatná.

Někdy je též doporučována méně výhodná varianta, kdy zafixujeme vstoje zbraň mezi koleny. Ta je v tomto případě nejen méně sevřená (hrozí její pád), ale v takovém značně kritickém momentu zároveň poskytujeme protivníkovi svou maximální nehybnou siluetu.

Odstraňování závad jednou rukou

Jestliže je záhada v situaci, kdy máme k dispozici obě ruce, kritickým momentem, pak po zranění končetiny bude s největší pravděpodobností znamenat pohromu. Přesto si ale uvedeme možné nouzové postupy, protože nic jiného než se pokusit závalu vyřešit stejně nezbyvá:

1. Po stisknutí spoušti nedošlo k výstřelu: Úderem o bok dorazíme zásobník, bok vyhneme do strany a za okraj kalhot (příp. za opasek) natáhneme zbraň za její mířidla (obr. 103).
2. Ve výhozním otvoru je příčně sevřená nábojnice: Pootočíme zbraň vnitřní rotací a vyčnívající nábojnici zachytíme o oblast opasku, poté ji tahem dolů odstraníme.
3. Vzpříčený náboj: Reagujeme klekem s fixací zbraně v podkolení, poté vyjmeme zásobník a odložíme ho na zem. Zbraň uchopíme zpět do ruky a několikrát natáhneme o vyhnutý bok či opasek pro uvolnění prostoru uvnitř. Nato vrátíme zbraň zpět do zafixované polohy v podkolení, zasuneme do ní odložený (nebo nový) zásobník, uchopíme ji klasickým jednoručním úchopem a natáhneme o vyhnutý bok, příp. opasek.

Techniky po zranění nohou a trupu

Omezení hybnosti závažným zásahem do nohou bude znamenat výrazné snížení našich bojových schopností, v určitých situacích ale stále bude existovat možnost použití zbraně vleže. Techniky pak budou velmi podobné variantám střelby vleže na břicho či na zádech. Nouzovou variantou krátkého přesunu (např. únik za nedaleký kryt), pokud to závažnost poranění dovolí, mohou být již zmíněné převaly. Může dojít i k zraněním vynucenému boji z lehu, navíc se současným znehybněním některé z rukou. V simulacích takových krajně obtížných situací jde o kombinace technik lehů s výše popsány mi jednoručními způsoby střelby.

Jedním z dalších, velmi reálných zranění může být zásah do trupu. U takové nouzové varianty střelby se počítá nejen s maximálně omezenou schopností pohybu trupu, ale i s výrazně zhoršenou pohyblivostí nohou a rukou, danou celkovým pravděpodobně kritickým



Obrázek 104

Možná poslední šance k obraně, pokud to tělesný stav ještě dovolí. Opora zbraně o tělo dává ještě možnost vést střelbu s co nejmenšími nároky na pohyblivost a energii.



Obrázek 105

I tak fatální situace, jako je vlastní závažné poranění během přestřelky, může být ještě zkomplikována nutností přebítí. Uvedená technika je jedním z mála způsobů, jak se pokusit tuto krizi zvládnout.

stavem (např. vstřel do břišní dutiny, pneumotorax apod.). Pro naši přípravu předpokládáme, že zřejmě nemáme dostatek síly zvedat zbraň v ochablých rukou, střílet obouruč, zdvihat tělo vzhůru apod. Výchozí polohou pro nácvik takové hraniční situace, kdy se budeme moci jen minimálně (a za cenu nemalé bolesti) pohybovat, je pád na záda, směrem od zásahů protivníka. Převrátíme se na opačný bok, než kde držíme zbraň. Ruku svírající zbraň se snažíme shora opřít o vrchní stranu stehna (zbraň by se neměla kvůli zajištění její funkčnosti bočně dotýkat). V této poloze se snažíme s mírně pozvednutou hlavou vést střelbu (obr. 104). V případě potřeby přebítí zbraně (nebo fixace pro případ řešení závady; viz výše) zasuneme zbraň do oblasti mezi stehny rukojetí směrem od těla (obr. 105). V případě, že máme rezervní zásobník pod tělem, musíme se v této poloze pokusit prevalit na druhý bok.

5.6.6 Boj s více protivníky

Mnoho autorů se takovým typem konfrontace detailně zabývá. Řeší otázku, jestli je nebezpečnější muž s brokovnicí na dvacet metrů či útočník těsně vedle nás s nožem. Také se dozvíme to, že máme ihned střílet nejagresivnějšího ze skupiny a podobně. Těžko ale říci, jestli pro natolik závažnou situaci se vůbec dá něco poradit. To si konec konců může každý sám ověřit v průprave v soupeřských systémech. Střetnutí s více než jedním soupeřem může tak rapidně snížit naše šance, že každá věc, kterou provedeme, může být ta špatná. Zvláště pokud o některém z dalších kolegů – útočnicků před sebou nebudeme vůbec vědět. I pokud budou další případní protivníci v našem zorném poli, ve stavu, v kterém se můžeme při konfliktu nalézat, jim asi sotva budeme věnovat dostatečnou pozornost. Soustředění na momentální riziko (tzv. tunelový pohled) tak může zapříčinit brzký konec.

V realu, narozdíl od smyšlených představ z akčních filmů, se lehce může stát, že i ten nej připravenější jedinec může svůj konflikt prohrát proti dvěma či třem „naprostým nulám“, které jsou ale odhodlané jej dostat. Zkrátka uhlídat vše v reálné situaci může být velmi

obtížné, nebo i nemožné. Přesto si však můžeme uvést několik zásad pro vedení takového nezáviděníhodného boje:

1. Jednou z mála možností je to, co bylo již často zmiňováno – co nejrychleji se snažte zaujmout vhodný kryt, nestřílejte v dlouhých sériích.
2. Nevěnujte se příliš dlouho jedinému z protivníků, snažte se mít stále pokud možno alespoň hrubý přehled o momentálním místě každého ze soupeřů.
3. Pokuste se dalším případným přeběhem zaujmout takové postavení, aby byl pro protivníky problém dostat se blíže k vám nebo do stran (např. nekrytý a otevřený prostor před vámi).
4. Usilujte od počátku o to, aby se k vám soupeři nedostali z boku, pokud vás „dostanou do kleští“, znamená to obvykle konec. Snažte se udržet (palbou a případnými změnami svého postavení) protivníky na jednom místě či v jedné linii za sebou.
5. Pokud hrozí, že se některý z útočníků svým přesunem dostane do úhlu, odkud již nebudete kryti (nebo vás dokonce zcela obejde), musíte uvažovat o rychlé změně postavení (nejlépe na „křídlo“ linie soupeřů), jinak se dostanete do křížové palby, kdy již budete velmi snadno zasažitelní.
6. Výhodou je pro vás čas, soupeři nebudou chtít, vzhledem k hluku, který taková delší přestřelka způsobuje (a pravděpodobnost informování nejbližších policejních sil někým z okolí je vysoká), být zde „celou věčnost“ – buď se budou brzy snažit zmizet, nebo to s vámi rychle skončit (pak se mohou dopustit nějaké zásadní chyby). Šetřete proto každý drahocenný náboj a snažte se držet si protivníky co nejdéle od těla.

5.6.7 Použití zbraně proti zvířeti

Přestože jsme většinu tréninku věnovali lidskému cíli, může být varianta útoku zvířete překvapivě častější situací. Ať již půjde o náhodné napadení v průběhu denního joggingu nebo přímo o cílené poštvení vycvičeného psa proti vám. Nemusí ale jít vždy jen o agresivní psy či jejich nezodpovědné majitele. Zbraň se může hodit i v okamžiku, kdy se v přírodě setkáte s daleko těžším protivníkem, například rozruženým dobyt看m či ne zrovna plachým divočkem.

Z hlediska účinnosti velkorážní sebeobránné zbraně by zastavení psa zpravidla nemělo být o mnoho větším problémem než eliminovat člověka. Ale často diskutovaná je odolnost některých bojových plemen. Samozřejmě se jedná také o cíl nejen menší, ale mnohem rychlejší a pohyblivější. Pokud se na vás zvíře již řítí, nemusí být čas ani na vytažení zbraně, natož na několikanásobné nestrefení. Nejspolehlivějším cílem střelby by v takovém případě měl být střed lebky, těsně nad očima. Z boku jde o klasickou „komorovou“ trefu (tzn. do krajiny srdeční). V případě napadení mnohem vitálnějším a několikanásobně těžším zvířetem začíná být u použití krátké palné zbraně „trochu problém“. Nejobvyklejší 9mm zbraň rozhodně nemusí stačit na rychlé složení býka v amoku nebo rozrušenou bachyni chránící své mladé. Navíc vzhledem k předpokládanému užití celoplášťového střeliva s nijak markantní ranivostí

nelze rozhodně očekávat okamžité zastavení při „trefě kamsi do těla“. U zvíře, u které často bezprostředně neúčinkuje ani použití účinných loveckých zbraní, můžete být se svou pistolí prakticky bezbranní. Ne zrovna řídké příklady policistů, „kropících“ bezúspěšně splašenou krávu mnoha desítkami ran ze služebních pistolí, toho mohou být důkazem. To pak může být každá rada drahá. Jedinou možnou alternativou u těchto těžších a vitálních zvířat je přímý zásah mozku, rep. mozkového kmene. To však vyžaduje poměrně přesné zamíření, na které nemusí být právě dostatek času. Obvyklým záměrným bodem by pak zpredu měl být průsečík spojnic očí s ušima. U hovězího dobytka jde o průsečík spojnic spodního výstupku rohu se spodním okrajem uší, ze strany přechod slechů k vnitřní části hlavy proti oku a zezadu přechod zátylku ke krčnímu obratli. Pokud však zásah v popisovaných případech nepůjde kolmo, je velká pravděpodobnost odrazu od lebeční kosti.



6 Psychické aspekty situace po násilném střetnutí

Psychická reakce na sebeobranou situaci nekončí s jejím vyřešením. Jestliže jsme v sebeobraně situaci stáli před úkolem jak přežít fyzicky, tak po jejím ukončení nás čeká úsilí o přežití psychologické a společenské. Existuje mnoho případů, kdy nezvládnutí psychického stavu po násilném střetnutí skončilo katastrofou. Upozorněním na některé reakce, které po takové situaci mohou přijít, chceme napomoci jejich včasnému rozpoznání jako předmětu lékařské péče. Reakce může probíhat v následujících třech stádiích.

1. Fáze šoku – akutní reakce

Začíná bezprostředně po ukončení události a trvá minuty až několik dní. Ne u všech se však v plné míře projeví. Typickými příznaky je úvodní stav „ustrnutí“, s dezorientací, zúžením vědomí, automatickým chováním a neschopností chápat okolní podněty, pocit neskutečnosti situace. Na tento stav může navazovat uzavření se do sebe nebo naopak vybuzení a hyperaktivita. Obvykle jsou přítomny tělesné projevy jako zvýšená srdeční frekvence, pocení apod.

2. Fáze nárazu

Nastává po odeznění úvodního šoku, kdy poleví některé obranné mechanismy a dotýčný si začíná uvědomovat důsledky. Tato fáze může trvat od několika dní až po roky. Obvykle v tu dobu probíhá vyšetřování události, to znamená hodnocení, zda se jednalo o spravedlivou obranu a zda tedy účastník není pachatelem trestného činu nebo dokonce třeba vrahem. Zde se opakovaně celá situace probírá a chování obránce může být mnohokrát zpochybněno, i v případě, že konečný verdikt vyjde v jeho prospěch. I ze strany blízkých mohou padat takové nevhodné otázky, jako „zda střílel, aby zabil“ apod. Je jasné, že v tomto procesu je jedinec velmi zranitelný, protože fakt, že např. někoho usmrtil, je sám o sobě traumatizující a v člověku vyvolává mnohé pochybnosti o něm samotném.

Nejde však jen o jednání s institucemi vyšetřování a práva. Násilí společnost děsí a emocionální vnímání násilné události předchází rozumovému hodnocení, do něhož spadá i posouzení oprávněnosti obrany. Dotýčný člověk tak nese jakési „Kainovo znamení“. Je tím, kdo např. někoho zabil. Může se setkat s odvrácením mnoha lidí, kterými byl dříve přijímán pozitivně. Zvláště silné důsledky tohoto druhu ponese v případě, že zastává nějakou z tzv. pomáhajících profesí. V tomto časovém období (dny až roky) se mohou též dostavit projevy jako:

- ☉ Pocit otupělosti, nedostatek zájmu o činnosti, které postižený dříve vykonával, a pocit odcizení se lidem, odtržení od nich.
 - ☉ Opakované znovuprožívání události ve vzpomínkách a snech a zvýšená citlivost na podněty, které situaci i vzdáleně připomínají, např. místo, kde se odehrála, zmínky v mediích o podobných událostech, předměty, které byly tehdy na místě apod. U postiženého jedince se rozvíjí vyhýbavé chování k těmto podnětům (omezení sledování médií, vyhýbání se místu události apod.).
 - ☉ Úzkost a přehnané úlekové reakce, podrážděnost a konfliktnost, poruchy spánku, poruchy koncentrace pozornosti, nadměrná ostražitost, poruchy sexuální aktivity.
- Jedná se tedy o obtíže, kterým by se měla věnovat náležitá lékařská péče. Ovšem nezastupitelnou roli hraje spolehlivé rodinné a společenské zázemí. Je správné opakovaně o události hovořit, což má vést postupnému znovuzpracování situace. V každém případě je třeba odsoudit laický názor, že výše uvedené projevy jsou výrazem nějaké slabosti apod.

3. Fáze vyrovnání

Je završena obnovením psychické vyrovnanosti. Může probíhat po celý zbytek života, ale práce na akceptování události a vyrovnání se s ní by měla začít co nejdříve. To si může vyžádat pomoc příslušného odborníka, psychologa nebo psychiatra. Důležitou roli hraje spolehlivé rodinné zázemí, které ovšem může být projevy posttraumatického stresu u dotyčného jedince významně narušeno. Vyhledání odborné pomoci rozhodně není projevem selhání, ale přirozeným a zcela pochopitelným krokem, obdobně jako když navštívíme praktického lékaře, pokud se cítíme špatně po tělesné stránce.

7 Integrace fází I, II, III

Výcvikem obranné střelby načrtnutém v minulých kapitolách jsme mohli získat mnoho různých poznatků a dovedností. Ty však zatím mohou být vzájemně izolované a jejich návazné použití může činit nemalé problémy. K tomu, aby naše příprava byla skutečně účinná, nestačí konkrétní věc pouze umět, ale také ji dokázat aplikovat v pravý čas a v určitých souvislostech. Nyní by tedy mělo jít o to, vytvořit ze všech prvků přípravy jeden funkční celek. To je možné získat řešením modelových situací a nácviky střetnutí pomocí soupeřských systémů, případně využitím projekčních střelnic.

7.1 Modelové situace

V modelové situaci se učíme reagovat získanými dovednostmi na předem připravené „divadlo“, které bude odpovídat nejčastějším krizovým situacím, jaké lze v naší oblasti předpokládat. Složitost řešených situací se odvíjí mimo jiné od toho, do jaké míry jsou nám dopředu známy scénáře chování jednotlivých figurantů – našich protivníků, nezúčastněných osob apod. S dílčími modelovými situacemi jsme se setkávali již ve fázi II, ovšem bez toho, že by nám jednání komplikoval myslící protivník. Konkrétní realizace modelových situací může probíhat různě. Formou pouze náznakového použití zbraně, střelbou slepými náboji, případně aplikací toho nejobektivnějšího způsobu z hlediska prokázání zásahu, a tím jsou soupeřské systémy (paintball atd.).

Vybrané modelové situace jsou voleny tak, aby postihly ty nejproblematictější aspekty sebeobraných situací. Mají upozornit na snadnost chyb v řešení a upevňovat tendence pro striktní dodržování taktického postupu. Zejména mají odstranit:

- ⊙ nedostatečné zpracování případných informací před situací,
- ⊙ chybnou komunikaci s potenciálním útočníkem,
- ⊙ nerespektování bezpečné vzdálenosti,
- ⊙ opomíjení pravidla stálé kontroly rukou útočníka,
- ⊙ zvolení nevhodných prostředků (použití zbraně versus neozbrojená akce),
- ⊙ nezákonné a neadekvátní použití palné zbraně,
- ⊙ nevyužití krytů a dalších taktických prvků,
- ⊙ tunelové vidění,
- ⊙ zbytečný spěch a zbrklkost.

Jedněmi z nejvíce frekventovaných námětů by měly být:

- ⊙ napadení na ulici,
- ⊙ napadení v automobilu (problémem je ovšem střelba skrz skla),
- ⊙ napadení a obrana bytu, domu, chaty,
- ⊙ boj se skupinou (dva až tři soupeři).

Všechna cvičení se mají občas provádět i ve zhoršených světelných podmínkách nebo za tmy, tedy i s použitím svítilny. Je vhodné často zapojit i nezúčastněné osoby, např. v situaci, kdy figurant odkudsi vyběhne a prudce vytáhne prázdné ruce – tedy situace, ve které se nesmí vystřelit vůbec.

7.2 Soupeřská cvičení

Jde o vzájemná tréninková střetnutí s využitím nesmrtících projektilů. Takový výcvik nejen že zažíváním účinných postupů zvyšuje naše šance pro reálné střetnutí, ale také pomáhá přivykat použití zbraně na lidského protivníka. Také se již dostavuje potřebná úroveň stresu. Činnosti jsou vykonávány nejen pod tlakem z časové tísně, ale i v obavě před zásahy protivníka, i když ty jsou pouze lehce bolestivým náznakem skutečných následků. I to již donutí se kryt a využívat taktické „grify“ ve spojení s vhodnými kryty atd. Kdo něco podobného zažil, pochopí, co tím chceme říci. Jít sám se svítilnou prohledávat rizikový objekt, kde jsou s největší pravděpodobností ve tmě ukryti naši „soupeři“, byť jen s paintballovou zbraní, je již něčím, co dokáže řádně zvýšit tepovou frekvenci.

Pro provádění takových cvičení existuje několik systémů. Žádný ale není bez kazu. Při výběru je proto nutné přihlédnout k vlastním potřebám a specifikům každého ze systémů.

1. Repliky zbraní na 6mm plastové projektily, tzv. airsoft zbraně, jsou užívány pro téměř naprostou identitu tvarů a ovládání se svými vzory, bohužel nejde o zvláště odolné a trvanlivé výrobky, které by snesly obvyklé hrubé zacházení. Z nabídky je vhodné zvolit dražší varianty v poloautomatickém režimu, kdy jsou do zásobníku plněny jak projektily, tak speciální hnací plyn (*obr. 106*). Výhodou také je, že si můžeme při troše shánění pořídit typ odpovídající naší zbraní. Největší předností je ale možnost trénovat s takovou zbraní prakticky kdekoliv. Malé plastové kuličky totiž nic nezašpiní a významněji nepoškodí (zpravidla nejsou schopny ani porušit sklo oken).
2. Paintballové zbraně jsou již dlouho užívány pro sportovní činnost, ale i pro služební taktickou přípravu u některých ozbrojených složek (*obr. 107*). Tyto zbraně mají ale mnoho nevýhod. Krom toho, že se od reálných zbraní odlišují vzhledem a úchopem, vyžadují také naprosto odlišnou obsluhu. Při používání tak vznikají zcela jiné návyky. Krátké zbraně jsou totiž zpravidla opakovací (dostupné samonabíjecí zbraně jsou pouze v dlouhém

„puškovém“ provedení). Nepříjemná je také křehkost želatinových projektilů a jejich poměrně časté narušení v zásobníku či hlavni s následným znefunkčněním zbraně. Barva střel také omezuje jejich používání na skutečně „vybydlené“ prostory.

Obrázek 106

Airsoftové zbraně mohou být pro nácvik modelových situací použití zbraně v sebeobraně nemalým přínosem. Výhodou jsou poměrně malé náklady na provoz. Ochrana očí není rozhodně „změkčilost“, ale pravidlem pro každého účastníka výcviku.



Obrázek 107

Paintball je jedním z dalších prostředků pro získávání střelecko-taktických návyků. Jedním z mála handicapů je značně odlišná podoba a způsob ovládání zbraní.

- 3.** Další možností je cvičné barvicí střelivo FX firmy Simunition pro reálné zbraně, které zaručuje opakovací funkci. Používá se stejná zbraň jako při reálné střelbě, se všemi ovládacími prvky, jen se opatří jednoduchým vložným zařízením. I závady jsou proto prakticky totožné. Zasažený cíl je označen barvicím projektillem a zásah je dostatečně citelný. Jediné, co chybí, je snad jen zpětný ráz a zdvih zbraně jako při použití běžného střeliva. Tento druh nácviku využívá již i u nás většina zvláštních složek. Mezi základní nevýhody patří především vysoká cena FX nábojů (nad 25 Kč/ks), a to nejpodstatnější – dosavadní nedostupnost pro soukromý sektor.

U všech zmíněných systémů je, díky malé hmotnosti projektilu, značně omezen dostřel. Také přesnost je pochopitelně znatelně nižší než u reálných zbraní. Velkou překážkou pro střelbu může také být jakákoliv vegetace. Dále, vzhledem k malé rychlosti projektilu, je obtížné zasáhnout rychle se pohybující cíle. Tyto systémy tak mohou přinést i některé nevhodné návyky. Účastníci brzy začnou zneužívat slabiny systémů. Spoléhají na to, že vzdálenost 30 metrů je již bezpečnou zónou, zaměřují se podle projektilů viditelných v letu, vědí, že někdy se podaří projektilu uhnout, kryjí se za křovím nebo za předměty, které by šly prostřelovat i nejslabšími rážemi opravdových zbraní. Někdy je také potíží s uvědoměním a přiznáním zásahu. To lze do jisté míry odstranit pomocí cílených organizačních vodítek:

- ⊙ zabránit přestřelkám na nesmyslně dlouhé vzdálenosti;
- ⊙ omezit místa cvičení jen na malé prostory;
- ⊙ preferovat častý nácvik v zástavbě, místnostech apod.;
- ⊙ pro jistotu „přiznávání“ zásahů a skutečnou obavu ze zásahu je přínosné použít pouze lehký oděv (tričko apod.);
- ⊙ trvat na „adekvátní“ reakci na zásah (např. zásah trupu a hlavy – pád na zem, nohy – možnost boje na zemi, ruky – možnost střelby jednoruč).

Pozor!

Pro bezpečnost nácviku nikdy nikdy nezapomeňte na nutné ochranné pomůcky, zejména zrakul! Ty si žádný z účastníků (ani přihlížejících osob) nesmí v průběhu výcviku sejmut. Dále dbejte na to, aby realizace modelových situací, zejména s využitím „slepé munice“ nebo nesmrtících projektilů, probíhaly v oblastech, kde je minimální pravděpodobnost výskytu cizí osoby. Někdy stojí za to o svém výcviku informovat nejbližší obyvatele. Pak se nestane, že někdo zavolá policii někam, kde „někdo střílí“.

7.3 Projekční systémy

Jedním z nejmodernějších používaných systémů pro získávání cenných střelecko-taktických návyků jsou bezesporu projekční střelnice. Jsou to zařízení, kde střelec reaguje na promítaný děj. K nácviku střelby se využívá zabudované (příp. vložné) laserové zařízení, některé střelnice umožňují i střelbu ostrou municí. Filmové zpracování reálných scén dává velké možnosti pro vytváření užitečných reakcí (obr. 108). Jde především o rozhodovací proces, kdy během nesmírně krátké doby musí dojít k případnému použití zbraně. Současně je záměrem připravit střelce na situaci, kdy by byl výstřel osudovou chybou. Zařízení disponující interaktivním režimem pěstuje i další potřebné návyky. Útočníci po dostatečně rychlých a přesných (či po mnohonásobných) zásadách padají k zemi, po pouhém lehčím zranění pak znovu usilují o náš život. Střelec se zde učí nejen rychle a přesně reagovat na své ohrožení, ale i po eliminaci útočníka dostatečně kontrolovat svůj cíl do doby, kdy je skutečně jasné, že je po konfliktu. Existují i varianty spojení projekční střelnice se soupeřským systémem – vestou se speciálními senzory, které akusticky i vizuálně značí zasažení. K tomu dojde, když v pravý okamžik nezasáhneme svého protivníka a nejsme v té době za krytem. To přispívá k obavě ze zásahu a budování potřeby se krýt jako primární činnosti. Na takových střelnicích lze cvičit za každého počasí a v případě laseru lze zkoušet bezpečně i ty nejkřkolomnější kousky. Statisíce výstřelů pak stojí jen cenu elektřiny k nabíjení zdrojů. Základním problémem je poměrně malá dosažitelnost, plynoucí z vysoké pořizovací ceny. Pokud však máte možnost dostat se k takovému výcviku, stojí to za to.

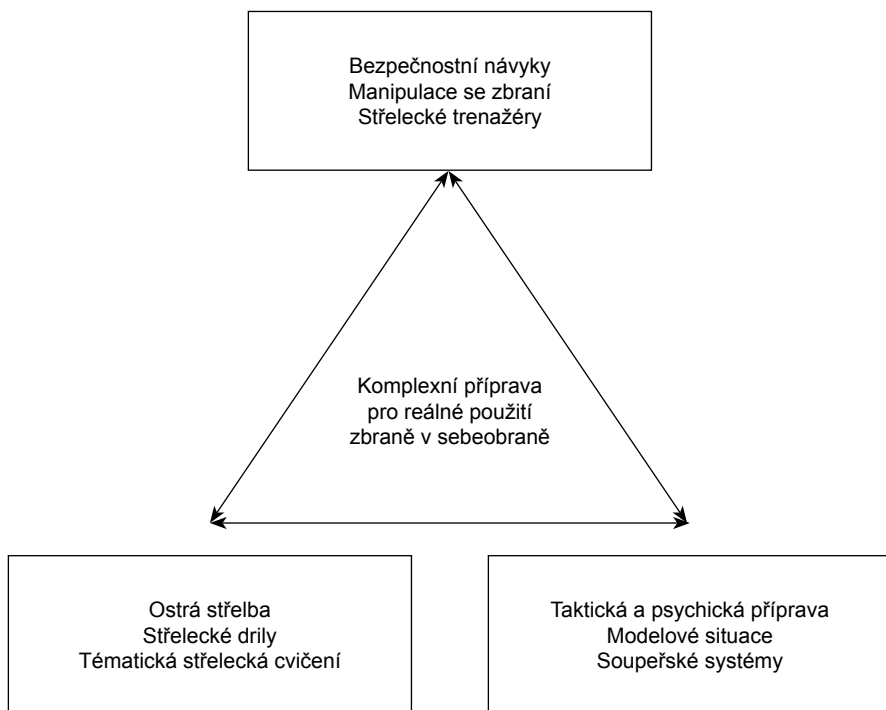
Obrázek 108

Projekční trenažéry jsou nesporným přínosem nejen pro základní střeleckou přípravu, ale i takřka jediným účinným způsobem výuky vedoucí k získání a upevnění optimálních reakcí a racionálního rozhodovacího procesu. Zde se účastník setkává i se situacemi, kdy nepoužít zbraň vůbec bude právě tím nejvhodnějším řešením.



7.4 Schéma komplexní přípravy

Rovnostranný trojúhelník znázorňuje neustávající proces výcviku, ve kterém se jednotlivé složky vzájemně doplňují



Slovo závěrem

Nakonec bychom se chtěli se čtenářem rozloučit přáním, aby nikdy nemusel prakticky použít žádné z uvedených dovedností a znalostí v sebeobraně situaci. Po takové zkušenosti, byť je na ni intenzivně a cíleně připravován, by zřejmě neměl nikdo toužit. I když je tedy celá kniha vlastně o neúčinnějších způsobech, jak do někoho střelit, tedy úmyslně zranit či zabít člověka, mělo by to být, nehlédě na zákonné důvody, zásadně až tím nejkrajnějším řešením. V žádném případě není účelem minulých stránek v někom vzbuzovat představu, že by měl usilovat za každou cenu některé získané vědomosti prakticky uplatnit.

Snažte se ale své umění se zbraní rozvíjet, jak to jen lze. Nejde zde totiž, tak jako u jakéhokoliv pronikání do tajů mistrovství, o nijak jednoduchou a krátkodobou záležitost. Snaha ovládnout nadprůměrně svoji zbraň se proto pro mnohé stává stylem života. Využívejte každé příležitosti nejen k svému výcviku a získávání dalších vědomostí, ale vyhledávejte i šance k možnostem cvičného porovnání svých schopností s jinými střelci. To vás nejen nenechá „usnout na vavřínech“, ale nepropadnete zdání nějaké dokonalosti. Takovou potřebnou občasnou motivací se mohou stát například i různé soutěže. Být jde o sport, máte se zpravidla možnost inspirovat lepšími výkony druhých střelců a také získáváte představu, co vše lze se zbraní skutečně dokázat. Pro ty soutěživější, kteří by si v budoucnu chtěli občas i zazávodit, uvádíme i kontakty na některé svazy a asociace, které se různými závodními formami „reálnějších“ střeleckých disciplín zabývají:

Asociace praktické střelby ČR: <http://www.apscr.cz>

Asociace obranné střelby ČR: <http://www.aoscr.cz>

Také ale v budoucnu půjde o to, jestli bude vždy bezúhonný občan moci stále zbraň vlastnit a nosit. Pro ty, kdo se jednou nechtějí dočkat toho, že se stanou oběťmi plošného „odzbrojení“, se rozhodně vyplatí sledovat a podporovat činnost organizace, která práva vlastníků zbraní ochraňuje, tedy sdružení LEX (www.gunlex.cz).

Pro ty, které náplň knihy natolik zaujala, že mají zájem o případné poradenství, konzultaci či absolvování konkrétního výcviku, nabízíme kontakt, na kterém zároveň uvítáme vaše podněty a připomínky:

cerny.manual@seznam.cz

goetz.manual@seznam.cz

Použité zdroje

Výběr z literatury

- ADAMS, R. J., MCTERNAN A REMSBERG, CH. *Jak přežít v betonové džungli (Street survival)*. Armex, 2001.
- APPLEGATE, R. *Kill or Get Killed*. Paladin Press, 1976.
- AYOOB, M. F. *Stressfire, Vol. 1 (Gunfighting for Police)*. Police Bookshelf, 1986.
- AYOOB, M. F. *Stressfire, Vol. 2*. Police Bookshelf, 1992.
- BURKETT, M. *Practical Shooting Manual*. 1996.
- COOPER, J. *Principles of Personal Defense*. Paladin Press, 1989.
- ENOS, B. *Practical Shooting: Beyond Fundamentals*. Zediker Pub., 1990.
- FAIRBAIRN, W. E. A SYKES, E. A. *Shoot to Live*. Reprint ed. Paladin Press, 1992.
- FARNAM, J. *Defensive Handgunning*. DTI Publications, 2000.
- MARSHALL, E. *Hand Gun Stopping Power: The Definitive Study*. Paladin Press, 2001.
- LONSDALE, M. V. *A Guide to Unarmed Combat and Close Quarter Shooting*. 1st ed. S.T.T.U., 1991.
- LONSDALE, M.V. *Advanced Weapons Training*. 3rd ed. S.T.T.U., 1992.
- MROZ, R. *Defensive Shooting for Real-Life Encounters: A Critical Look at Current Training Methods*. Paladin Press, 2000.
- SDE-OR, I. A YANILOV, E. *Krav Maga: How to Defend Yourself Against Armed Assault*. Frog Ltd., 2001.
- STANFORD, A. *Fight at Night: Tools, Techniques, Tactics and Training for Combat in Low Light and Darkness*. Paladin Press, 1999.
- STANFORD, A. *Surgical Speed Shooting: How to Achieve High-Speed Marksmanship in a Gunfight*. Paladin Press, 2001.
- SUAREZ, G. *Tactical Pistol: Advanced Gunfighting Concepts and Techniques*. Paladin Press, 1996.
- SUAREZ, G. *Tactical Advantage: A Definitive Study of Personal Small-Arms Tactics*. Paladin Press, 1998.
- SUAREZ, G. *Tactical Pistol Marksmanship: How to Improve Your Combat Shooting Skills*. Paladin Press, 2001.
- TAYLOR, CH. *The Gun Digest Book of Combat Handgunnery*. DBI Books, 1997.

Videokazety

- ANDERSON, D. *Survival Shooting Techniques*. Motorola Teleprograms Inc., 1980.
- BAR-GIORIA, J. *Israeli Instinctive Shooting Method*. I.S.D.S
- MADMONY, D. *Israeli Tactical Shooting*. E&E Productions, 1998.
- MAGGIL, L. *IPSC Secrets, The Winning Edge*. Lenny Magill Productions, 1994.

MAGGIL, L. *How to Shoot Fast and Accurately*. Lenny Magill Productions, 1988.

RIVAS, D. *Weapon Retention*. Budo International Publishing Co.

WILSON, B. A HACKATHORN, K. *Night Master Low Light Shooting & Flashlight Techniques*.
Lenny Magill Productions, 1997.

WILSON, B. A HACKATHORN, K. *House Clearing and Cornering*. Lenny Magill Productions.

WILSON, B. A HACKATHORN, K. *Advanced Self-Defense Shooting, Tactics and Techniques*.
Lenny Magill Productions, 1997.



Pouzdra na zásobníky jsou neodmyslitelnou součástí základní výbavy, kterou je pro získání potřebných návyků nutné používat od počátku střelecké přípravy. V současnosti jsou nejčastěji užívanými výrobky pouzdra se zapínáním nebo plastová samosvorná provedení.



Boční opasková pouzdra patří vzhledem k praktičnosti k nejpoužívanějším. V současnosti trendy směřují k odstranění jakýchkoliv překážek, jako jsou např. zapínací pásy na patentky. Nezdařený pokus o rozepnutí pouzdra v krizové situaci může skončit katastrofou. Samosvorná provedení maximálně zjednodušují techniku tasení zbraně.



Takové železné terče je již naprosto nevhodné k výcviku používat. Porušený povrch zvyšuje riziko nebezpečných odrazů na kritickou míru. Jakékoliv prohlubně a nepravidelnosti na ploše je nutné okamžitě opravit. I u bezchybných kovových cílů je vždy nutné používat ochranné brýle a dodržovat bezpečnou vzdálenost nad 8 metrů.



Kontrola zápalek před plněním nábojů do zásobníku je prevencí před kolizí zapříčiněnou vadnou municí. V tréninku to může znamenat nácvik rychlého odstranění závady, v reálu může jít o zdržení znamenající konec vašich šancí...



Údržba zbraně patří většinou k neoblíbeným činnostem. Někteří střelci věnují čištění jen nemnoho času. Je třeba mít ale stále na paměti, že nedostatek péče nejen snižuje životnost zbraně, ale především může zapříčinit její selhání v situaci, kdy ji budete nejvíce potřebovat...



Stav „nataženo – zajištěno“ je jedním z méně obvyklých stavů zbraně pro denní nošení. Někteří jej přesto po americkém vzoru Jeffa Coopera i dnes používají u zbraní, jako je Colt 1911, a u „klonů“ s podobnou konstrukcí.



Náboj je v nábojové komoře, před uložením do pouzdra zbývá sklopit kohout. U moderních zbraní je stále častěji používáno páky pro bezpečné vypouštění kohoutu. Odpadá tak mnohdy nebezpečný manévr, kdy je střelec s kohoutem nucen manipulovat zpocenou či mastnou rukou, nebo zkrchlými prsty. Podobné způsoby bezproblémového spuštění se užívají např. u konstrukcí pistolí Beretta 93, Sig Sauer 226, HK USP a ČZ 75 Compact.



Ukládání zbraně s nábojem v komoře do pouzdra je manévrem, který pro rutinní a bezpečné provedení vyžaduje vybudování příslušných návyků. Samozřejmostí je striktní dodržování zásady prstu mimo spoušť. Zvláště u „měkkých“ vnitřních pouzder je současně nutná i zraková kontrola. Argumenty některých střelců pro „sledování protivníka“ při zasouvání do pouzdra těžko obstojí. Pokud máme před sebou aktivního soupeře, sotva budeme zbraň schovávat...



Střelba s oporou je v mnoha publikacích jednou se základních technik střelby. V pojetí moderní střelecké přípravy pro reálné použití zbraně má však jen omezené využití. Používá se nejčastěji v počátku nácviku mířené střelby a při „zastřelování“ zbraně. V rychlém průběhu střeleckého střetnutí by se málokdo kvalitní opory pro precizní výstřel zřejmě dožil. Taková technika také znesnadňuje možnost nutného „mizení“ za krytem.

Při použití opory je nutné zamezit kontaktu podložky se zbraní. Účinnost takové střelby mohou značně negativně ovlivnit i nedokonale upevněné, pružné či chvějící se předměty.





Dokonalé ovládání zbraně při několikanásobném výstřelu je jedním ze základních předpokladů dynamické střelby. Mistři v disciplínách IPSC jako Václav Vinduška v praxi neustále předvádějí možnosti ovládání velkorážních pistolí. Rychlost střelby zde není v žádném případě na úkor požadované přesnosti.

Úroveň zvládnutí zpětného rázu a zdvihu zbraně při rychlých sériích ran vypovídá o úrovni jednotlivce v dynamické střelbě. Precizní technika je olivňována bezchybným držením zbraně, optimální polohou rukou a stabilitou postoje. Omezování projevů zbraně neúměrnou silou úchopu vede ke křečovitosti a negativnímu působení na spouštění.



Střelba z krytu je jednou z nejpotřebnějších technik pro použití zbraně v reálném střetnutí. Využívání krytů je proto zapotřebí častěji zahrnovat do pravidelné přípravy. Mírný náklon zbraně od okraje zvyšuje úroveň vlastního krytí.



Stranový klek za krytem je účinnou technikou v moderním trendu výcviku pro bojové využití zbraně. Stabilní poloha umožňuje potřebné výklony pro účinnou střelbu se zřetelem na vlastní krytí.



I v IPSC disciplínách je použití krytu jedním ze „zpestření“ závodu. Vzhledem ke sportovnímu pojetí to zde nikdy nebude střelba protivníka, která nás bude ke krytí nutit. Vykloněná poloha soutěžících a potřebné postavení nohou jsou zde proto obvykle vymezovány přešlapovou linií, tvořenou plaňkami.

Časové rezervy pro efektivní využití drahého času na střelnici se mohou najít i při vyhodnocování a „lepení“ terče. Zalepujte proto jen ty zásahy, se kterými nejste spokojeni (těch by mělo být ale co nejméně...).

To nejen nutí k potřebné preciznosti zásahů a šetří zálepky, ale především omezuje dobu u terčů, kterou můžeme využít užitečnějším způsobem.

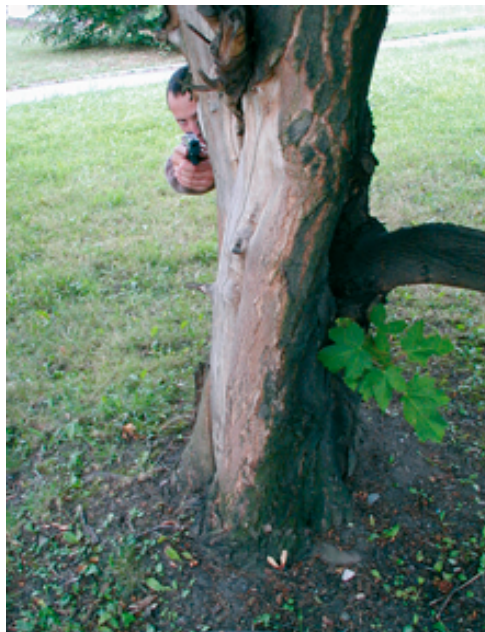




Jednou z variant „překrytých cílů“ je atraktivní cvičení, kdy jsou terče umístěny do zalesněného prostoru vhodné střelnice. Střelec je pak nucen za přesunu určeným koridorem vyhledávat své „protivníky“. Po „kontaktu“ reaguje rychlou a přesnou eliminací cíle. To prohlubuje nemálo praktických návyků pro účinné použití zbraně.



Oblékové kovové „taktické terče“ jsou jedním z neúčinnějších prostředků pro provádění reálného nácviku. Zvyšují návyk na lidský cíl, potřebně zpřesňují střelbu do vitální zóny a umožňují důslednou kontrolu dostatečné eliminace cíle.



I běžný strom v parku o průměru cca 35 cm může být dostatečným krytem proti účinkům většiny dostupných krátkých palných zbraní.

Proti průbojnosti zbraní pistolové ráže 7.65 mm Brow a 9 mm Luger představuje strom neoddiskutovatelnou překážku, to se však mění u pěchotních zbraní. Pro samopal Sa 58 se střelivem 7.62×39 to ale „tvrdý“ kryt rozhodně není... (pozn. – testováno do čerstvého dřeva).

Pro vzájemné porovnání uvádíme průbojný účinek některých ráží v bukovém dřevě.

Shora – 6,35 mm Brow, .22 LR, .38 Spec, 7.65 mm Brow, 9 mm Makarov (vz. 82), 9 mm Makarov (SSSR), 9 mm Luger.





Volba střeliva pro nošení ve zbrani určené pro sebeobranu je v našem státě značně omezena legislativou. Zákonné předpisy vylučují použití „šokových střel“, tedy speciální munice s řízenou deformací. To rapidně snižuje ranivost a zastavující účinek krátkých palných zbraní. Mnozí o této problematice mohou zuřivě debatovat i mít výhrady. Zákon je však zákon...



Čelní skla současných vozidel jsou překvapivě odolná, zvláště proti prvním zásahům „z úhlu“. Snadno se tak může stát, že odchylka je i několik centimetrů. Střela tak může v extrémním případě i minout svůj cíl.



Automobil je jedním z nejčastějších objektů v městském prostředí. Důležité je proto povědomí o odolnosti jeho jednotlivých částí jako případného krytu. Dveře většiny automobilů nejsou pro kolmý zásah ze silnějších pistolových a revolverových ráží zásadnější překážkou. Asi jedna čtvrtina zdeformovaných střel, pronikajících zesílenými oblastmi, ale nemusí zcela „projít“ a zůstává v čalounění. Nemalá část zbývajících pak nemusí mít dostatečnou energii k závažnějšímu poranění, potřebnému k vyřazení protivníka z činnosti.