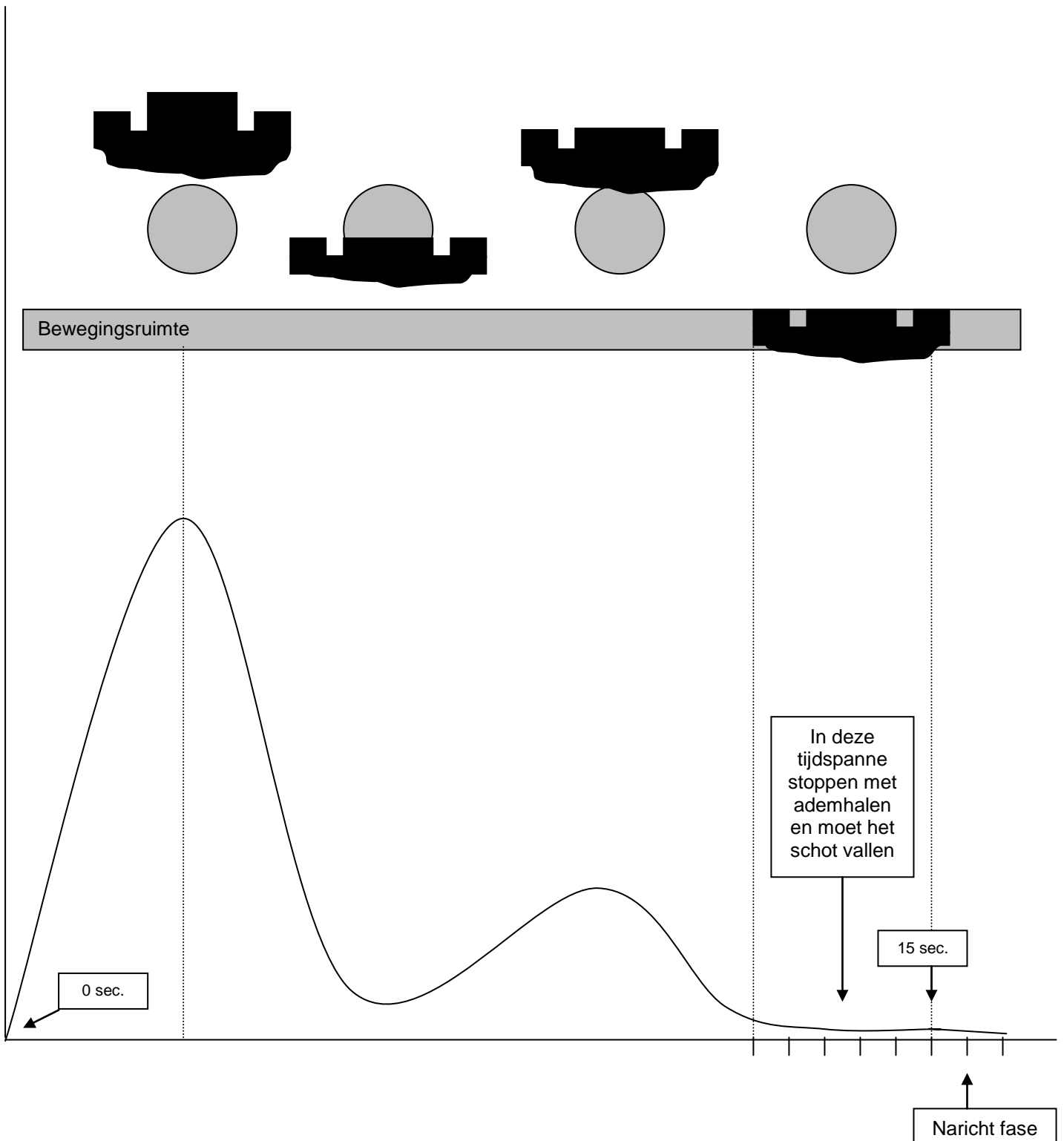


De dubbele ademhaling



Een exacte tijdspannen is niet te geven daar dit voor iedere schutter individueel is. De hele cyclus mag echter niet langer duren dan 15 seconden. Het schot moet afgaan binnen de laatste 5 sec.