

# Ampumaurheilu Aleksi Leppä

Saavutukset kaudelta 2012.

Ilmakiväärillä SM kulta sarjassa Y18 tulos 577.

Ilmakivääri SM pronssi sarjassa Y20 tulos 577+ finaali 100.3

Osallistuminen Ilma-aseiden EM kisoihin Vierumäellä.

Pienoiskivääri SM kulta sarjassa Y18 asennot tulos 575

Pienoiskivääri SM kulta sarjassa Y18 makuu tulos 590

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut 2012:

4 sija ilmakiväärillä tulos 583 + finaali 103.1

3 sija pienoiskivääri makuu tulos 591 + finaali 100.5

4 sija pienoiskivääri asennot 1142 + 97.8

Kaksi joukkue kulta pienoiskivääri makuu sekä asennot.

Osallistuminen pienoiskiväärin EM kilpailuihin.

Ampumaurheilu on laji jossa tarvitaan onnistuakseen paljon toistoja. Laukauksia pitää ampua paljon ennen kuin taitoa alkaa löytyä. Näiden tulosten saavuttamiseksi olen treenannut paljon. Minulla on noin 2-4 kertaa viikossa ampumarjoitus. Lisäksi viikkoon kuuluu myös fyysistä treeniä kuten kuntosalilla ja uimassa käyminen tai ihan perus lenkki. Treeni tunteja tulee viikossa 10-20 tuntia.

Ammunta on haastava laji vaikka se näyttää ulospäin erittäin helpolta. Suoritukset ovat pitkiä ja syke saattaa nousta todellakin korkealle kovatasoisessa kilpailussa. Ammunnassa tarvitaan myös hyvää keskittymistä ja fyysistä kuntoa että jaksaa keskittyä ja ampua koko kilpailun. Täysottelu 3x40 laukausta asennot kestää kokonaisuudessaan 3 tuntia 20 minuuttia, joka on niin fyysisesti kuin henkisesti erittäin rankka.

Minulle tuli tällä kaudella 2012 pienoiskiväärillä ja ilmakiväärillä yhteensä noin 20 tuhatta laukausta.