

BUESTIKKA

Meldingsblad for Norges Bueskytterforbund

Nr. 2

7. Årgang

Mars 1981



VAREPRØVE

Buestikka utgis av Norges Bueskytterforbund

Redaktør Jan Erik Ellingsen, tlf. 032/41159,
Jacob Buvigs plass 19 Kråkerøy 1600 Fredrikstad.

Utsendes av Fred Helminsen, tlf. 032/22041,
Fru Ingersgt. 16, 1600 Fredrikstad.

Norges Bueskytterforbunds styre:

Formann: Arne Kronen, Skogergt. 9, 3100 Tønsberg
Tlf. priv. 033/15191 ktr. 033/17430.

Viseformann: Harald Johansen, Suhmsgt. 20 d, Oslo 3
Tlf. priv. 02/693320 ktr. 02/226570.

Sekretær: Morten Tønnesen: Slemmestadvn. 256 1370
Asker. Tlf. priv. 02/789081 ktr. 02/788060.

Kasserer: Jan Erik Ellingsen, Jacob Buvigs plass 19,
Kråkerøy 1600 Fredrikstad. Tlf priv. 032/41159.

Styremedlemmer:

Eivind Engen, Angelltrøvn, 47, 7000 Trondheim,
Tlf. priv. 075/17105 ktr. 075/27500

Karles Ravndal, Sandkleivo, 4330 Ålgård,
Tlf. ktr. 045/89500.

Inger Sofie Almås, Daletoppen 6, 1370 Asker,
Tlf. priv. 02/784500



Bildet på forsiden: Bjørn Enger, Horten får
sin pokal av Freddy Jørgensen, TOB. ved stevnet
i Tønsberg 11. januar.



Notodden og Omegn Bueskyttere

VELKOMMEN TIL HONDA CUP PA NOTODDEN I MAI

24. mai i år vil Notodden og Omegn Bueskyttere presentere bueskytting for byens befolkning ved å arrangere stevne i forbindelse med TELE-marken 81.

De fleste av byens befolkning har nok hørt om denne dine idretten, men det er nok de færreste som har sett den med egne øyne enn på TV.

Dette vil vi i NOB gjøre noe med og derfor har HONDA cup sett dagens lys.

Vi ønsker å gjøre dette til en årviss konkurranse og vi har derfor satt opp en vandrepokal i hver av klassene, damer og herrer, senior.

Statuttene for vandrepokalen sier som følger:

Pokalen tilfaller den skytter uansett klasse (A.B. eller C.) som oppnår den høyeste poengsum på full FITA runde. Pokalen må vinnes tre ganger for å beholdes til odell og eie.

Som en markering av FN's år for funksjonshemmede, vil vi også ha klasser for disse. F.h Damer og f.h.Herrer.

Vi har fått lovnad fra en campingplasseier i byen, at plassen vil bli holdt åpen i anledning stevnet dersom det viser seg at noen ønsker å komme dagen i forveien. Det er mulighet for å leie campinghytter eller å sette opp telt eller campingvogn.

Vi håper mange vil finne veien til Notodden i Mai. Stevneinnbydelse følger i Aprilnummeret av Buestikka.



Hilsen for NOB
Per

Ikke aktiv foreløpig,
vel å merke som bueskytter, men å presentere HONDA cup kan jeg.

4

UTTAKINGSKRITERIER FOR REPRESENTASJONSOPPGAVER 1981

NBF tar i år sikte på å delta ved følgende representasjonsoppgaver;

VM skiveskyting, Italia ca. 8-15. juni
Ungdomsturnering, Finland ca. 29/7-2/8
Nordisk j/f, Danmark ca. 19-23. august

Skyttere til VM vil bli tatt ut på grunnlag av resultatene i stevnet 3. mai på Ås. Det vil bli tatt ut 1 dame og 2 herrer + den av dame nr. 2 og herre nr. 3 som har det høyeste resultat = i alt 4 skyttere.

Ved evt. forfall uttas den skytter på lista som har høyeste resultat deretter, uansett kjønn.

Skyttere til Ungdomsturneringen vil bli tatt ut av UK på grunnlag av resultater oppnådd i "øremerkede" stevner. Hvilke stevner dette er, vil bli opplyst senere.

Skyttere til Nordisk j/f vil bli tatt ut på grunnlag av resultatene i dobbeltstevnet 20-21. juni i Vestfold. Det vil bli tatt ut skyttere i følgende klasser;

Damer fristil: 3 deltakere
Herrer fristil: 4 deltakere
Herrer jr. fristil: 3 deltakere
Herrer instinkt: 2 deltakere

I tillegg er det mulig at vi vil delta med ytterligere én juniorskytter i damer fristil eller herrer instinkt, men dette kommer vi tilbake til.

Skyttere som har mer enn 400km reiseavstand tur/retur uttakingsstevnene, kan søke om reisestønad. Søknaden må begrunnes med henvisning til oppnådde resultater.

KURS I USA.

Vi har fått en innbydelse til "The World Archery Center" i Pennsylvania, USA, - et bueskyttersenter som tilbyr forskjellige kurs såvel til trenere som skyttere i tiden 7-19. juni.

Innbydelsen er gjengitt på neste side.

Nærmere opplysninger kan fåes fra vårt kontor - dette gjelder også opplysninger om stipendmuligheter.

5

The World Archery Center

On 209—Near Marshalls Creek and E. Stroudsburg, Pa.



FORMERLY
Teala-Wooket Archery Camp
FOUNDED 1937

Address All Correspondence
Executive Directors
Mr. & Mrs. Edward B. Miller
67 Old Stone Church Road
Upper Saddle River, N.J. 07458
Phone 327-2170 Code 201

Dear World Archery Friends:

The enclosed brochure gives complete details about archery courses and plans offered at The World Archery Center June 7- June 19, 1981 at The Pocono Sports Camp, Marshalls Creek, Pa. U.S.A. Five plans are offered for archery instructor courses, coaching and vacationing.

We hope we may add your name to our guest list for this 44th anniversary session. The success of our instructors, coaches and archers trained at TWAC is well known throughout the world. Some guests who accompany their archer friends or family just to vacation become archery enthusiasts.

To date Belgium, England, Germany, Holland, Scotland and the Philippines already have representatives registered for the 1981 TWAC session! In all 34 countries have improved their archery status by sending men and women to TWAC for training. Register now for one of the five plans listed in the brochure. Please note- Plan 1, the Advanced International Coach Course requires application before registering..(Send to Millers for form). AIC course is limited to 15, 21 years and over, 2 yrs. teaching experience.

TWAC's distinguished faculty includes 35 archery educators and specialists covering every phase of archery: tackle tuning, compound bows, FITA regulations, archery science, history, target and field archery, bowhunting, bowfishing, archery golf, clout, novelties etc. Most important is the training in effective techniques of shooting, instructing and coaching-methods that have proven to be successful for all, from beginners to most advanced archers.

Archery greats planning to be present for the 1981 session are: DR. C.N. HICKMAN, FRED BEAR, EARL AND ANN HOYT, CHUCK SAUNDERS, BILL WADSWORTH, LURA WILSON, DARRELL PACE, VIC BERGER, and many others...All are there to serve you and help you with your individual needs. By all means, bring the family...Note special family rates in brochure.



TWAC uses the facilities of the Pocono Sports Camp located 80 miles West of New York City. From J.F.Kennedy Airport take bus to Port Authority Bus Terminal N.Y.C. From there several Greyhound and Trailway busses leave for STROUDSBURG, PA. Take taxi from Stroudsburg to Pocono Sports Camp (TWAC) on Rt. 209N, Marshalls Creek, Pa., about five miles. For additional brochures fill in form below and send by AIR MAIL to the Millers. We hope your country will be represented at TWAC, June 7- June 19, 1981.

Sincerely,
Myrtle and Ed Miller
Myrtle and Edward B. Miller

Please send _____ TWAC brochures to: _____
Mail request to: Name of Organization _____
The Millers...TWAC Street _____
67 Old Stone Church Road City _____
Upper Saddle River, N.J. Country _____
07458 Signature _____

Take Up Archery—The Ideal Sport For The Family

utdrag fra forbundsmelding

MATERIELLSTØNAD 1981 - SØKNADSRIST.

Søknadsfrist for materiellstønad 1981 er satt til: 20. mars.
Søknadene må være oss ihende senest denne dato, og den må konkludere i et søknadsbeløp.

NBF's "HUSKELISTE".

Vedlagt denne forbundsmelding følger en "Huskeliste" til våre klubber. "Huskelista" er en oversikt over standardiserte søknadsfrister og andre viktige frister og denne lista trer i kraft den 1/3 -81. Således vil de enkelte søknadsfrister ikke lenger bli særskilt utlyst. Vedheftet "Huskelista" følger en informasjon som bør være nyttig for klubbene, spesielt der "nye koster" skal overta. Vi anbefaler klubbene å kopiere såvel "Huskelista" som informasjonen til klubbstyrets medlemmer.

TRIM-TILTAK - SØKNADSRIST.

De klubber som ønsker å arrangere Trim-tiltak i år, kan søke om stønad til annonsering og materiell (buer, matter) til dette tiltaket.

Slik søknad må være oss ihende senest 20. mars.

I denne sammenheng er det sikkert endel som spør; Hva er TRIM med bueskyting?

Det foreligger ingen definisjon på dette begrepet, og derfor kan vi heller ikke sette andre mål på tiltaket enn at det skal være uforpliktende for deltakerne - dvs at de ikke behøver å tilhøre klubbens medlemmer.

Hittil er det gitt stønad til tiltak som i korte trekk kan beskrives slik;

Annonsering (v/aviser, plakater el. brosjyrer) av tid og sted.
Kort informasjon og opplæring i bueskyting.
Det gåes en jakt og/eller felt-bane på 5-10 mål m/korte avstander.

Vi er imidlertid åpne for andre ideer til TRIM-tiltak, men for at stønad skal kunne påregnes, må det tas sikte på at tiltaket strekker seg over flere ganger.

Det burde ligge i kortene at det her foreligger en mulighet til å sikre seg nye medlemmer etterhvert som interessen skapes.

FITA MAIL MATCH.

Dette er en internasjonal korrespondansekonkurranse som går i regi av vårt internasjonale forbund.

Det er fire klasser - to senior og to junior - og de 10 beste i hver klasse blir tilsendt diplom.

Hver nasjon må fastsette en måned i hvilken denne konkurranse skal skytes, og for 1981 har NBF fastsatt JUNI måned.

De skyttere som ønsker å være med, må ved ett stevne i juni meddele arrangøren at han deltar i denne konkurransen, slik at arrangøren kan sende inn vedkommendes scorekort. Slik meddelelse skal gis til arrangøren før start.

HUSKELISTE

15. JANUAR

MEMLESSOPPGAVE må sendes til Norges Idrettsforbund innen denne dato. Skjemær blir tilsendt fra idrettskretsen.

1. FEBRUAR

Søknadsfrist for tildeling av MATERIELLSTØNAD. Søknaden skal spesifiseres og munne ut i et søknadsbeløp.

I løpet av kort tid blir TINGPAPIRENE tilsendt (gjelder "like" år; 1982, -84, -86 etc.). Planlegg møte for behandling av disse.

15. JULI

RAPPORT fra særkretser/utvalg om virksomhet i 1. halvår må sendes inn. Gjelder kurs, PR, samlinger m.v.

Søknad om deltakelse i forsvarrets IDRETTSTROPP må sendes klubben innen denne dato. Skjema fåes fra forbundet.

31. JULI

Søknaden om deltakelse i IDRETTSTROPPEN må sendes Norges Idrettsforbund innen denne dato.

1. OKTOBER

Søknadsfrist for å få INNENDØRSSTEVNER med på terminlista. Samarbeid innen kretsen.

Søknadsfrist for å få innendørsstevner registrert som VERDENSREKORDSTEVNER i kommende år (såvel vår som høst). Husk avgiften.

Søknadsfrist for registrering av utendørsstevner i skiveskyting som STJERNESTEVNER (stevner hvor verdensrekorder kan settes og internasjonale ferdighetsmerker erobres). Husk avgiften. Samarbeid innen kretsen. Alternative datoer må oppgis.

1. DESEMBER

PLANER/BUDSJETT for kommende år må særkretsene/utvalgene sende NBF innen denne dato.

RAPPORT fra særkretser/utvalg om virksomhet i 2. halvår må sendes inn. Gjelder kurs, PR, samlinger m.v.

Fristen for innsending av FORSLAG TIL TINGET ("like" år; 1982, -84, -86 etc.) går snart ut. Planlegg behandlingen i eget ledd.

Søknadsfrist for å få UTENDØRSSTEVNER med på årets terminliste. Vær oppmerksom på datoene for mesterskap og stjernerstevner. Samarbeid innen kretsen. Alternative datoer må oppgis.

SKYTEMATTER kan bestilles gjennom NBF senest denne dato. Man kommer da med i forbundets fellesinnkjøp. Prisantydning vil bli særskilt kunngjort.



SKANDINAVISK BUREAU A.S

1812 AKKERHAUGEN

Telefon ☎ (036) 66 315

Den norske Creditbank - Bankgiro 7047.05.06103 - Postgiro 2 04 28 02



Introducing the Bear Formulas...

Hardy Ward is a tournament archer. He has been U.S. National Champion live times, on two World Teams and has been World Champion. Hardy Ward knows what a bow has to do to shoot and win in International Competition.

The talented Bear Archery Research and Development Team, working closely with Ward, has developed a new generation of high quality tournament bows. These bows are designed to allow you to shoot your best, whether in the backyard or on the tournament line at the Olympics.

So look over our new line of bows, designed by archers, to help make you a top tournament archer. The Bear Formulas.



Bear's New Plant... Designed to Build Your Bow

The Bear Formulas are hand built in the newest and most modern Archery manufacturing facility in the world. Our new plant is 165,000 sq. ft. on 35 wooded acres in beautiful rural Florida and features a complete Research and Development lab, environmental control systems, to regulate temperature and humidity, a specialized dust collection system, and an electrically controlled system that moves flying bows, thru two levels, on over 1,000 feet of elevated track. But the real magic is our people. They make your bows and their care and craftsmanship is reflected in each one of them.

We have about 240 employees involved in making quality archery bows, and they are proud of the jobs they do. We have designed our new plant with an elevated four-acre field with open air, 1980 ft. allow visitors a chance to see the construction of bows, and the manual form of arrows, from start to finish. If you are ever in the area, stop by and visit us. You will be amazed at the amount of craftsmanship and feedback that goes into each of our products.

BEAR ARCHERY

KIDDE

1812 Akkerhaugen
1365 Oslo, Norway

© 1979 Bear Archery

OM KINESISKE BUESKYTTERE

oversatt av roar nilsen

Gjennom de siste to tiår har Kinesiske bueskyttere satt ikke mindre enn 43 verdensrekorder. Det siste gjennombruddet kom i en stor konkurranse sist i september da Meng Fanai forbedret sin egen 70-metersrekord, dvs. slo verdenrekorden på 321 poeng med 3 poeng.

De Kinesiske bueskyttere virker på oss like som alle verdens andre bueskyttere. Deres utstyr og skytemåte er samme som blir benyttet av de fleste andre skyttere av verdensklasse. Men, hvis vi ser disse skyttere utenfor skytelinjen i konkurranser, dvs. på treningsbanen, kan vi se et hav av forskjeller. De starter med skyting i en høyere alder og har da en høyere intensitet i treningen enn andre skyttere. Den Kinesiske andslagstreneren Xu Kaicai forteller: "Vi vet at i USA og noen andre land, starter " mulige mestere " med bueskyting i en alder av 8 år! Etter min mening er idealalderen for å starte med bueskyting 12 år, men våre skyttere starter dessverre vanligvis når de er 14 år."

Xu forteller at de også har et problem med å få tak i korte nok buer til de yngste skyttere fordi de er så små av vekst, da disse skyttere er vesentlig kortere enn skyttere på samme alder f.eks. i USA. Deres seniorer benytter seg enten av Yamaha eller Hoyt buer.

Xu forteller også at man i Kina inntill 1950 brukte buer lagde av bøffelhorn. Senere tok man i bruk Britiske stål-legerings buer og senest Svenske glassfiberbuer. Selv om et firma i Shanghai produserer glassfiberbuer holder ikke disse deres kvalitetsmål da skytternes målsetting er å konkurrere i verdenstoppen. Xu, som er vise General-sekretær i det Kinesiske forbundet, forteller hvordan Kinesernes handicap ved å starte senere med å skyte enn andre, var overkommet. Han sa også at de for 8 år siden plukket ut 10 damer som skulle bli topp skyttere, og gav dem et meget hardt treningsprogram som de skulle følge. 3 av disse 10 har kommet så langt som til å sette verdensrekorder. For å ta igjen den tiden fra 12 til 14 år, (som tidl. nevnt) foretrekker de de ungdommene som allerede hadde gode kunnskaper i generell psykisk trening og som ville satse på bueskyting. Før de idet hele tatt fikk ta i en bue, var 3 av de 10 utvalgte skyttere allerede idretts-stjerner på en skole i volleyball og spydkast. Pga. denne treningen de her hadde hatt var disse 3 skytterne uvanlige sterke til kvinner å være. 2 av disse damene bytter buer med 42 pund, mens den tredje hadde en på 45 pund. Treningsprogrammet de fulgte, og som nå er vanlig for Kinesiske bueskyttere, begynte med at de 10 skytterne i endel uker bare var tilskuere når trenere og andre seniorskyttere demonstrerte for dem hovedbegrensene ved riktig skyting. Etterpå ble skytterne gitt hver sin meget enkle bue og lært det mest grunnleggende ----- om buehånden og draget.

Bare dette trinnet alene kan ta 3 måneder. I tillegg til dette må skytterne " bare dra i strengen " i enda 3 måneder. Altså, 6 måneder inn i programmet og skytterne hadde ennå ikke skutt en eneste pil.

Tilslutt fikk de lov til å skyte, men ikke å sikte midt i blinken. Dette fordi hensikten var at de skulle lære riktig teknikk, ikke å legge sammen poeng. Da dette var trent en stund kunne de begynne å telle poeng. De startet på 30 meter og økte etterhvert distansen. Sammen med denne hovedtreningen utførte de også annen trening, dvs. muskeluttøende øvelser som vektlifting, øvelser for å øke brystmuskulaturen, langdistanseløping, ball-spill og svømming. Dette av minst ett års varighet. Xu mener at det tar minimum 3 år for en buskytter å nå nasjonalt konkuransenivå. En dyktig bueskytter sier han, skulle tilbringe minst 2 timer hver dag med bare å skyte.

Før en internasjonal bueskytterkonkurranse, er det Kinas vane å velge ut 6 menn og 6 kvinner for en 2 måneders intensiv treningsleir, hvor de skytes minst 5 timer daglig. På slutten av denne 2 månedersperioden blir så 2 menn og 2 kvinner valgt for konkurransen.



BEAR ARCHERY

KURS I VESTFOLD/TELEMARK.

31. jan. og 1. feb. arrangerte Vestfold/Telemark Bueskytterutvalg sin andre samling denne sesongen med svenske instruktører. Begge gangene var det Jeif Berggren og Rolf Svendson som var instruktører.

Deltagerne på disse samlingene / kursene er de beste skytterne i distriktet, deltagerantallet har vi begrenset til ca. 15 skyttere + observatører.

Det som er lagt størst vekt på under disse samlingene er ved siden av skyteteknikk og materielltrimming, psykologi - gruppepsykologi.

Som representant for NBF,s styre var Arne Kronen tilstede på første samling (nov-80)

Det var spesielt lagånden om hvordan en skal få en gruppe til å fungere, og trenerens/ lederens stilling i denne gruppen som ble tatt opp. Det ble presisert at lederens plass er i gruppen og ikke over gruppen. Videre ble det lagt vekt på at hver enkelt medlem i gruppen også må hjelpe lederen dersom gruppen skal fungere. Likeledes må skytterne få være med når det velges ledere. Det er viktig at utøver og leder snakker samme språk! På den siste samlingen fikk vi flere gruppeoppgaver, blandt annet puslespillet. Et spill som går ut på å hjelpe hverandre med å få sammen hvert sitt puslespill, uten at deltagerne får lov til å snakke med hverandre. det gjelder å se etter om noen av de andre trenger noen av dine egne brikker samtidig som du selv skal lage ferdig ditt eget spill. Her kom det tydelig fram hvordan gruppepresset kan virke på enkelte, og hvordan andre var selvtilfredse med sin måte å løse oppgaven på, uten å tenke på at andre kunne trenge hjelp fra dem. Dette ble nok en tankevekker for de fleste.

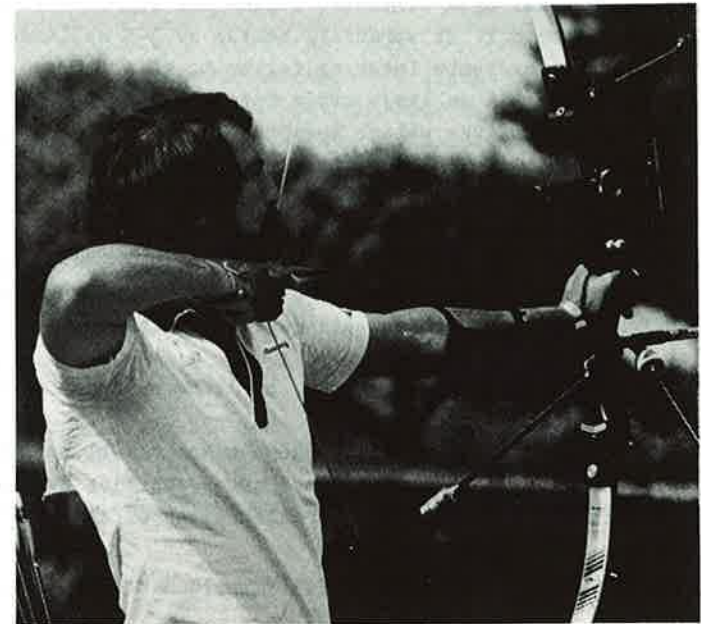
Ellers ble det meste av tiden brukt til skyteinstruksjon med bruk både av myometer og video. De to svenske instruktørene har en enkel og lettfattelig måte å instruere på - de er påpasselige når de retter på en feil, at ikke flere nye oppstår, og de legger vekt på at ikke hver enkelt får for mye å jobbe med fra gang til gang. Videre legger de stor vekt på å rose når det er litt framgang å spore, -de instruerer hele tiden på en positiv måte som gir skytterne selvtillit, de sier "det var jättebra", i stedet for "det var ikke så verst, men....."

De legger også vekt på at en skal gjøre skytingen så enkel som mulig, og at en FØLER at skuddet er godt.

Vi synes at dette interskandinaviske samarbeidet har gitt oss mye, vi håper det gir oss resultater i form av høyere poengsummer.



**FERRARI
SPIGARELLI FRA ITALIA**



Referat fra konstituerende møte for dannelse av bueskytterutvalg i Nordland. Bodø 24/1 -81.

Tilstede:

Org.sekr. Hans P. Ludvigsen	Nordland Idrettskrets
Eivind Engen	Norges Bueskytterforbund
Svein Andersen	Bodø Helsesportlag
Aslöv Kjørstad	Vefsn Helsesportlag
Jan Akselsen	Narvik Bueskytterklubb
Knut Pedersen	Bodø Bueskytterforening
Knut Ness	- - - " - - -
Solveig Ness	- - - " - - -

Hans P. Ludvigsen åpnet møtet med å redegjøre for idrettskretsens rolle for særutvalgene.

Idrettskretsen fungerer på det administrative plan. Blant annet påse at utvalgene fungerer og eventuelt gripe inn om det er nødvendig.

Særutvalgene er ment som et bindeledd mellom lag/kretser og lag/forbund. De skal også stimulere lagene til større aktivitet med kurs, samlinger o.l. Et særutvalg består av 3-5 medlemmer, utvalget har ikke bestemte lover og regler og gå etter, men det bør legges opp til en linje etter Norges Idrettsforbunds lovverk. Utvalget er ikke pålagt årsmøte (ting) men det ble henstilt til å avholde en formannskonferanse minst en gang i året.

Konferansen bør være avholdt for forbundets ting som holdes om våren. Likeledes ble det oppfordret til å følge kalenderåret. Idrettskretsen yter en del service til særkretser/særutvalg, bl. annet utsendelse av rundskriv ved å skrive, kopiere, og sende ut. Ved kursvirksomhet kan kretsen påta seg det administrative arbeidet.

Et særutvalg har ikke regnskapsplikt, og dette kan også idrettskretsen utføre for utvalgene.

Idrettskretsen yter adm.tilskudd som kan brukes til bl. annet, porto, telefon, reiser i forbindelse med møter, starting av nye lag osv. Aktivitetstilskudd fåes også fra idrettskretsen og kan brukes til samlinger o.l.

Til godkjente kurs ytes VO-midler til lærerlønn med 80% fra

staten og 20% fra fylket. Dette sammen med kursavgiften er hovedfinansieringen av kurs.

Særutvalgene kan representere på idrettskretsens ting.

Eivind Engen fra forbundet redegjorde for forbundets arbeid og funksjon. De skal hjelpe utvalgene med teknisk/faglig assistanse. Forbundet gir støtte til kurs og treningssamlinger og dannelse av nye lag/klubber.

Fordeling av tilskudd til særkretser/utvalg er basert på aktiviteten innen disse.

Utvalget er representert på forbundets ting og kretsformannsmøte. Engen hadde med innbydelse til kretsformannsmøte 1. februar -81 i Oslo og en representant blir å møte.

Han henstilte utvalget til å samarbeide med kretsen når det gjalt stevner og kurs slik at man unngår stevnekollisjoner.

Formannsmøtet ble bestemt avholdt jan./feb. slik at det var av for forbundstinget, samt at vi sendte rapport en gang i året om aktiviteten, antall lag og medlemmer og eventuelle adresseforandringer til idrettskretsen og forbundet.

Engen mente at forbundet kunne låne ut materiell til utvalgene, slik at en kunne bruke det på kurs og til nystartede klubber i startfasen.

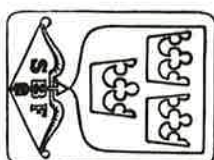
Deretter orienterte representantene fra lagene om aktiviteten i sine klubber. Det viste seg at omtrent alle klubbene sliter med å få medlemmene med, og konklusjonen på diskusjonen ble at utvalget må prøve å få opp aktiviteten ved å holde kurs og stimulere medlemmene i klubbene. Det vil bli forsøkt å avholde to emnekurs i løpet av våren. Et i Mosjøen for søndre Nordland og et i Narvik for nordre Nordland. At vi arr. kurs på to steder er for å få med så mange deltakere som mulig på hvert sted. Med de lange avstandene som er her i Nordland vil det møte for få deltakere om kurset blir lagt midt i fylket for eks. Bodø.

Etter diskusjonen ble følgende foreslått til utvalgsmedlemmer:

Formann..... Knut Ness	Bodø Bueskytterforening
Nestformann.. Knut Pedersen	- - - " - - -
Sekretær..... Solveig Ness	- - - " - - -

Godkjenning for dette søkes gjennom Nordland Idrettskrets og Norges Bueskytterforbund.

Tävlings- program 1981



Jakt och fältskytte

29 Vidsjö BK	AM	Paltpilen
29 Bagskytte Kl	AM	Norrlandsmästerskap
29 Hamn BK	FITA+Mini	Täljesträffen
30 Sönderåle BF	AM	Pitemätet
3 Piteå BK	Mini+70-lad	Pitemätet
8 Piteå BK	FITA	
INOMHUS		
4 Östersunds BK	FITA 18 m	Älgpilen
17 Piteå BK	FITA 18 m	Fyrkantspilen
24 BSK Hudik	FITA 18+12 m	Ökobersträffen
1 BK Liljan, Enköping	FITA 25 m	Hornet Cup
7 KP-75, Persorp	FITA 25 m	Ramundepilen
8 Söderköpings BK	FITA 25 m	Lilla Koldkåpspilen
15 Kiruna BK	12 m	Koldkåpspilen
14 Kiruna BK	FITA 18 m	Karlsviksträffen
15 IF Karlsvik	FITA 18+12 m	
15 Stallarörens BK	FITA 25	Höstspilen
28 Trollhättans BK	FITA 18 m	Umeåcombi
22 Umeå BK	FITA 18+12 m	Umeåcombi
29 Umeå BK	FITA 25+18 m	Umeåcombi
23 Rönneby BF	FITA 18 m	Knut Hehnsträffen
5 Motala BK	FITA 25 m	Kornsträffen
6 Korvas IF	FITA 18 m	Ljusstekt
8 BK Björne-Inkas, Värn.	FITA 18 m	Lusskaketen
19 Hasselholms BK	FITA 18 m	Tomtepilen

Förkortningar täveltskytte:
 FITA = Federationsronden
 AM = Amerikaronden
 nat. = Nationell tävling

IAKTA ANMÄLNINGSSTIDENS UTGANG
 och anmäl Er i tid till tävlingarna.

Adress för redovisning av startavgifter:

SVENSKA BAGSKYTTEFÖRBUNDET, Box 32, 196-21 Kungsången,
 Postgiro: Jakt, fält 64 27 05-8
 Täveltskytte 63 03 86-1

TÄNK PÅ BESTÄMMELSERNA
 ang. klädsel vid tävlingar.

GLÖM INTE ANNONSERINGEN

12 Eskilstuna BK	2X20	Måterdalsjaktén
12 Kristianstads BK	1X15	Furubodajaktén
12 Tibro BS	2X15	Rancksajaktén
20 Allingsås BK	2X20	Horntjärnen
20 BK Snapphanen	2X15	Snaapphanajaktén
20 Söderköpings BK	2X20	Ramundejaktén
26 Arboga BK	2X20	Djungeljakten
26 Huskvarna BK	2X20	Älgjakten
26 Älvenäs BK	2X15	Värta
2 Häfrestoms IF	2X15	Akeduklättern
2 Linnestad BK	2X20	Cloetorunden
3 Akers IF, Göteborg	1X30	Pilejakten
3 Starfjätors BK	2X20	Arrosjakten
3 Västerås BK	2X20	Horntjärnen
10 BSK Silvernål, Sundby	2X14	Älvdsröskjakten
10 Ärtvedsbergs BK	2X20	Vildsvinsjakten
16 Björne-Inkas, Värnamo	2X15	Y-jun. och knatter
16 Skällsjö BG	2X15	Rydalsjakten
17 Eksjö BK	2X15	Eksjöpilen
17 Borås BS	2X20	Fyrstjakten
24 BK Dalpilen, Borlänge	2X20	Dalpiljakten
17 BSK Sturarna, Uppsala	2X20	Mjölbyjakten
24 BS, Kungsbacka	2X15	Götafjällsmästerskap
24 Mjölby BS	1X30	Hotorsjakten
31 Hotors BK	1X20	Hotorsjakten
31 Skällsjö BG	2X20	Jubileumstävling
7 Grimslövs AIF	1X30	Gottåajaktén
8 BK Friskytterna	2X15	Getdriften
8 BK Siljanpilen, Rättvik	1X30	Sällanpilen
14 BK Tellus, Strängnäs	2X20	Tellusjakten
21 Rejmyre BK	2X15	Rejmyrejakten
3 Älvenäs BK	2X20	Ungdoms-SM
12 Lindome BK	2X20	
8 IK Östervik	20, 14, 15 F	Vikingsfjelden
9 Skardsjö IF	2X15	Vasajaktén
9 Torsås BK	2X20	Passajakten
16 Trollsås BK	2X20	Trolljakten
16 Trollhättans BK	1X30	Rönnebyjakten
21 Nörre Snede, Danmark	1X30	NM seniorer och juniorer
22 Nörre Snede, Danmark	2X15	NM seniorer och juniorer



Täveltskytte

Jan.	1 SM alla klasser	SM alla klasser
Mars	7-8 BK Göta Lejon, Göteborg	
Febr.	10-11 SM	
	12-13 SM	
	14-15 SM	
	16-17 SM	
	18-19 SM	
	20-21 SM	
	22-23 SM	
	24-25 SM	
	26-27 SM	
	28-29 SM	
	30-31 SM	
Apr.	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Aug.	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Sept.	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Ok.	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Maj	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Jun	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Juli	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Aug.	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	
Sep	1-2 SM	
	3-4 SM	
	5-6 SM	
	7-8 SM	
	9-10 SM	
	11-12 SM	
	13-14 SM	
	15-16 SM	
	17-18 SM	
	19-20 SM	
	21-22 SM	
	23-24 SM	
	25-26 SM	
	27-28 SM	
	29-30 SM	
	31 SM	

TERMINLISTE FOR UTENDØRSSESONGEN 1981

(øktive og jakt/felt)

16

17

April

25. Stavanger BS Sc.

Mai

1. Eid IL N.K.
 3. Ås BS F.I.T.A.
 9. Stavanger BS F.I.T.A.
 9. Sp.kl. Vidar 2 x 14 J/F
 10. Loen IL F.I.T.A.
 20. Sverresborg BS Sc.
 24. Bergen BS F.I.T.A.
 Notodden & OB F.I.T.A.
 Algård BK Sc.
 28. Lillestrøm & OB F.I.T.A.
 Sandane BL F.I.T.A.
 30. Bryne BK F.I.T.A.*
 Kvinnherad BS F.I.T.A.
 31. Bodø BF Sc.
 Fredrikstad BS F.I.T.A.*

Juni

7. Akkerhaugen BSK F.I.T.A.
 Jessheim BS F.I.T.A.*
 8. Førde BS F.I.T.A.
 10.-13. VM Skiveskyting, Italia
 13. Stavanger BS N.L.
 14. Bergen BS F.I.T.A.*
 Lørvik BS F.I.T.A.
 Sverresborg BS F.I.T.A.*
 15.-16. Bodø BF F.I.T.A.
 20. Bryne BK N.K.
 28.-21. Sandefjord/BS/Tønsberg & OB 30 J + F/H
 21. Sentrum IL F.I.T.A.
 Algård BK F.I.T.A.*
 24. Sverresborg BS Sc.
 28. Bodø BF F.I.T.A.
 Moss BS F.I.T.A.*

Juli

5. Bodø BF F.I.T.A.*
 Førde BS F.I.T.A.*
 Haugesund BK Sc.

Juli

8. Loen IL N.K.
 9. Loen IL 2 x 14 J/F
 11. Eid IL F.I.T.A.*
 18. Ramnes IF F.I.T.A.*
 31.-1.8. Ungdomsturnering, Finland F.I.T.A.

August

1. Sandefjord BS Sc.
 2. Kvinnherad BS F.I.T.A.*
 9. Oslo BS F.I.T.A.
 Algård BK 2 x 15 J/F
 16. Bergen BS F.I.T.A.
 Indre Breim IL F.I.T.A.
 Sverresborg BS F.I.T.A.
 Sp.kl. Vidar F.I.T.A.*
 21.-22. Nordisk Mesterskap J/F, Danmark
 22. Stavanger BS F.I.T.A.*
 29. NM F.I.T.A.*

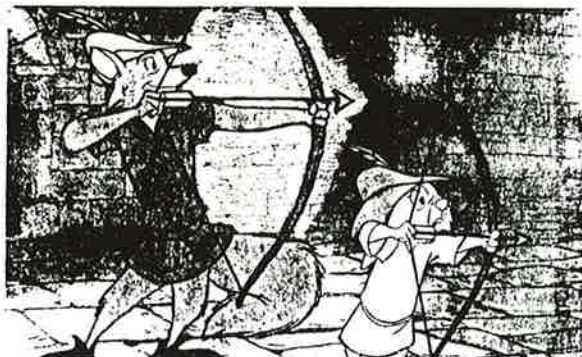
September

2. Sverresborg BS N.K.
 5. Stavanger BS N.K.
 6. Jessheim BS 30 J
 13. Eigersund BK 2 x 15 J/F
 Ås BS J/F (min. 14 + 14)
 20. NM J/F

Arrangementer merket med * har stjernestatus.

Følgende stevner er uttakingsstevner til internasjonale mesterskap;

VM Skive; 3. mai Ås
 Nordisk j/f; 20.-21. juni Sandefjord BS/Tønsberg & OB



Expert bowman Robin Hood gives a lesson in archery to a willing pupil in Walt Disney's all-cartoon musical film of 'ROBIN HOOD'

Ovennevnte bilde kan være med på å understreke den evig gjeldende uttalelse fra trenere;

"Du skal gjøre som jeg sier - ikke som jeg gjør"!

Vi ser jo av tegningen hvordan eleven egentlig har kommet lengst m.h.t. kroppsstilling/holdning (selv om det ennå er andre ting å rette på).

Dette gir meg utgangspunkt for noen påstander/refleksjoner;

- 1) Vi finner flere toppskyttere med "dårlig" stil (dårlig= kunne vært bedre). Dette bekrefter betydningen av god psyke.
- 2) I utgangspunktet er psyken som regel svært forskjellig fra individ til individ. For å forenkle problemstillingen, kan man derfor si at mange må kompensere svak psyke gjennom god teknikk (=mye teknikktrening). Forsøk på å kopiere en toppskytters skytestil, vil derfor for mange være svært uheldig. Stikkord; Tenk selv, kjenn selv.
- 3) I dag har vi muligheten til å få vite mye om kroppens funksjoner og hvordan den best kan brukes i bueskyting. Den skytetekniske forskjell fra skytter til skytter på topplan blir derfor stadig mindre. Denne viten er imidlertid ikke forbeholdt toppskyttere, og vi ser da også at de fleste av trenerne bak toppskyttere selv aldri har vært toppskyttere.
- 4) En god trener må ha mange kvaliteter, men det er ingen betingelse at han er/har vært noen god skytter. Skyttere som legger en slik målestokk til grunn for sin trener, lurer bare seg selv.
- 5) Det finnes gode trenere som også har vært/er gode skyttere. Dette gir denne treneren en fordel - for så vidt som han kan trekke veksler på sine erfaringer. Men det finnes også gode skyttere som er dårlige trenere - fordi de mangler mange av de nødvendige kvaliteter en trener må ha.

MBW

ELLINGSERIEN

DIVISJON 1

OMGANG V

Fredrikstad - Moss
Tønsberg - Larvik
Loen - Vidar
Akkerhaugen - Kvinnherad
Drammen W.O.

2720-2723 Fredrikstad - Vidar
2657-2460 Akkerhaugen - Moss
2627-2603 Drammen - Larvik
2699-2646 Tønsberg - Kvinnherad

2764-2654
2703-2666
2618-2563
2702-2594

OMGANG VII

Akkerhaugen - Tønsberg
Drammen - Moss
Loen - Larvik
Vidar - Kvinnherad
Fredrikstad W.O.

2751-2739
2643-2686
2632-2592
2668-2605

TABELLEN

Akkerhaugen	7	-	7	-	0	-	0	-	14	-	16174
Tønsberg	7	-	6	-	0	-	1	-	12	-	16119
Fredrikstad	7	-	5	-	1	-	1	-	11	-	16272
Moss	7	-	5	-	1	-	1	-	11	-	16222
Loen	7	-	3	-	1	-	3	-	7	-	15840
Vidar	7	-	2	-	0	-	5	-	4	-	18556
Drammen	7	-	2	-	0	-	5	-	4	-	15747
Larvik	7	-	2	-	0	-	5	-	4	-	15296
Kvinnherad	7	-	1	-	1	-	5	-	3	-	18238

DIVISJON II

OMGANG IV

Bryne - Porsgrunn
Bergen - Bærum
Ålgård - Sandefjord
Notodden - Sas

2597-2666 Bergen - Sandefjord
2539-2419 Bryne - Sas
2408-2629 Porsgrunn - Bærum
2269-2397 Notodden - Ålgård

2552-2663
2549-2388
2667-2475
2452-2434

OMGANG VI

Porsgrunn - Sas
Sandefjord - Bærum
Bergen - Ålgård
Notodden - Bryne

2640-0000
2711-2468
2613-2327
2501-2574

TABELLEN

Porsgrunn	6	-	6	-	0	-	0	-	12	-	16038
Sandefjord	6	-	6	-	0	-	0	-	12	-	16002
Bergen	6	-	4	-	0	-	2	-	8	-	15494
Bryne	6	-	3	-	0	-	3	-	6	-	15410
Ålgård	6	-	2	-	0	-	4	-	4	-	14571
Bærum	6	-	1	-	0	-	5	-	2	-	14740
Notodden	6	-	1	-	0	-	5	-	2	-	14249
Sas	6	-	1	-	0	-	5	-	2	-	12120

Siktet er bare et annet ankerpunkt !

av Al Hehderson. (Oversatt fra Archery World, jan. -81)

Spørsmål: På hvilken måte kontrollerer øyet en bueskytters sikte?

Svar: Ved å "ankre" siktemerket på 10-eren.

Nøkkelordet er "ankring". Jeg liker å tro og lære bort at det å feste siktemerket på 10-eren er ikke "sikting" i den dagligdagse betydning. I bueskyting er denne såkalte "sikting" bare et annet ankerpunkt.

Det er to ankerpunkt vi må gjøre bruk av når vi forbereder skuddet: Det ene er haken eller siden av munnen som blir kontrollert av følelsen, og siktemerket som blir fornemmet visuelt. Siktingen gjøres ved å konsentrere seg om og tro at pilen vil treffe på det samme sted på målskiven hvor du har det lille merket festet.

Konsentrasjonen må være absolutt på dette punktet, og den må gå hånd i hånd med troen på at pilen vil treffe der det var meningen at den skulle treffe.

Tro er et nøkkelord.

Som bueskyttere er vi skolert til å sikte på en gal måte. Vi blir lært til å feste siktemerket i skivens sentrum for så å bruke all vår konsentrasjon til å holde det der, uten å røre oss, inntil skuddet er gått.

Jeg ser ikke noe galt i dette hva hovedidéen angår, men vi konsentrerer oss ikke om den riktige tingen i det riktige øyeblikket og på den riktige måten. Når vi fester siktemerket på 10-eren, skal det bli tenkt på som om det bare var en hvilken som helst annen del av bueskytterens fysiske form. Det skulle være som det å feste hånden og strengen i ansiktet. Du ville ganske enkelt feste merket i 10-eren, og så kontrollere strengmønsteret på buen. Øyet ditt ville så fortelle deg når det var på og når det var utenfor skivens sentrum. Det ville således bli opp til den andre del av formen, den delen som er knyttet til underbevisstheten, å utføre skuddet korrekt, mens du konsentrerer deg og tror at pilen vil treffe der hvor du har siktemerket "ankret".

I dette øyeblikk, gjennom konsentrasjon, tror du at du kommer til å plassere en pil der hvor du har siktemerket festet. Du konsentrerer deg ikke bare om å holde siktet i midten og la det forsvinne når skuddet går. Du konsentrerer deg ikke om pilen fordi den er på buen; Du konsentrerer deg om det sted du yenter at pilen skal treffe.

Jeg har fortsatt med å bruke ordet "sikte" slik vi bruker det til daglig, men jeg prøver bare å uttrykke en tanke som foreslår at vi må gå videre og grave dypere i denne viktige mentale forberedelsen av formen vår. Vi må lære hvordan man fører pilen til det stedet på skiven hvor vi vil at den skal treffe, ved å kanalisere vår konsentrasjon i riktig retning til riktig tid og med den riktige hensikt.

Jeg fordømmer ikke noen for å sikte slik de gjør nå. Jeg foreslår at de skifter fra bevisste bestrebelser på konsentrasjon om bare å holde et merke på en plass, til å konsentrere seg om hvor de ønsker at pilen skal gå, samtidig som de tror på at den vil treffe der.

For å se det fra en annen vinkel: En god grunn til å tenke på denne måten er at når vi konsentrerer oss bare om å holde siktemerket rolig på blinken, vil siktemerket forsvinne ut av vår synskrets idet skuddet går. Konsentrasjonen vi hadde om å holde siktet i midten er dermed også forsvunnet.

Dette bringer frem begrepet "sikte gjennom målet" som nesten enhver er enig i er viktig for gode resultater. "Sikte gjennom målet" betyr å holde konsentrasjonen din om hva du gjør inntil pilen når målet. Det er veldig vanskelig å konsentrere seg om noe som ikke er der lenger. Hvis dette er sant, må vi forandre målsettingen vår, for det er omtrent umulig å sikte gjennom hvis vi har mistet hva vi sikter med.

Jeg gjentar, vi skal "ankre" siktemerket der hvor vi vil ha det, og så konsentrere oss om hvor vi vil at pilen skal treffe. Det spiller ingen rolle hva som skjer med dette "ankerpunktet" når skuddet går. Det som betyr noe, er hva vi konsentrerer oss om når strengen setter fart.

Lær deg til å konsentrere deg om hva du vil skal skje. Lær deg til å kjenne når konsentrasjonen er dårlig.

OLAV VEGHEIM, AKKERHAUGEN t.v.
ODDVAR AMUNDSEN; MOSS t.h.

VIGDIS STIGEN; RAMNES
NY NORSK REKORD 562p
på 2x30piler 18 meter.

