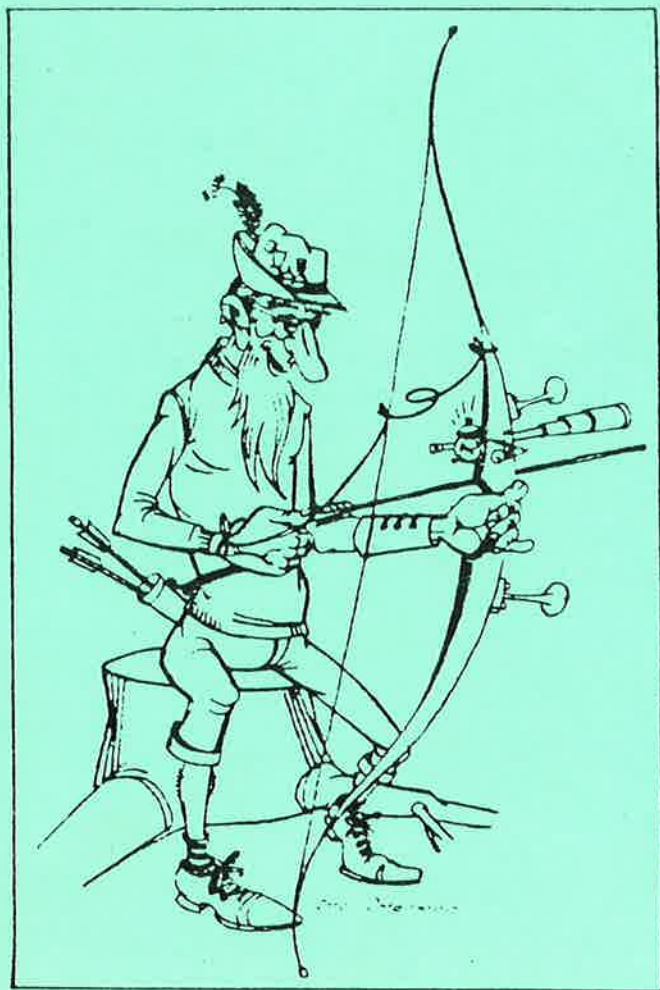


# BUESTIKKA

Meldingsblad for Norges Bueskytterforbund

**Nr. 2 Årg. 8 Mars 1982**



BUESTIKKA 1982 - KR. 40,00

Vedlagt denne utgaven av Buestikka skal det følge en innbetalingsblankett for 1982-abonnementet.

Det er viktig at du benytter deg av denne i løpet av 14 dager;

Viktig for deg - fordi;

Dersom innbetaling fra deg ikke er registrert før utsending av Buestikka nr. 3, vil du bli strøket av våre abonnentlister. Skulle du senere ønske å fortsette, kan det være umulig å skaffe deg de utgaver av bladet "du hoppet over".

Dette kommer av at vi bare trykker bladet i det antall eksemplarer vi til enhver tid har abonnenter for.

Viktig for oss - fordi;

Det medfører ekstra omkostninger og merarbeid hvis vi først må slette deg av listene for straks etter å føre deg inn igjen.

DERFOR - HUSK INNBETALING FOR BUESTIKKA SNAREST.

=====

**FORSINKET MARS-NUMMER !!**

Som du helt sikkert har registrert er dette nummeret ca. 3 uker forsinket.

Dette skyldes sykdom hos vår ellers friske og opplagte redaktør, og ber våre abonnenter unnskyldte forsinkelsen.

Da dette nummer utkommer først i begynnelsen av april, er det endel innkommet stoff som er blitt uaktuelt å benytte. Vi håper at våre innsendere ikke mister motet av den grunn, og oppfordrer dem til fortsatt innsats for et allsidig bueskytterblad.

På grunn av forsinkelsen vil neste utgave - det ordinære aprilnummer - først komme i slutten av måneden. (Vi håper å kunne få med rykende ferske opplysninger fra Tinget).

Fra og med mai-nummeret håper vi igjen å være "i rute" med utgivelsen, og vi minner derfor om at fristen for innsending av stoff til mai-utgaven som vanlig er 20. april.

Til slutt ber vi abonnentene bære over med at redaksjonen av dette nummer er overtatt av vår utdanningskonsulent.

Nye trenere (II) ?

Som én av kurslederne ved fjorårets C-kurs for trenere i bueskyting har jeg nå gleden av å konstatere at kurset ser ut til å ha vært vellykket - for så vidt som nye trenere (II) vil bli autorisert.

Spørsmålstegnet i overskriften er altså ikke plassert der fordi jeg nå har lest kurskritikken, men for å illustrere at det vil ta noen tid før autorisasjon vil foreligge.

Dette skyldes "eksamensopplegget"; en oppgave for selvstudium. De 12 kandidatene skal alle levere forskjellige oppgaver som vil bli vurdert på fritt grunnlag - og det er ikke lagt skjul på at man forventer å få inn endel stoff som siden kan benyttes i informasjons- og utdanningsøyemed innen norsk bueskyting.

Pr. i dag skulle kandidatene ha sendt inn en disposisjon for sin oppgavebesvarelse -, og det er på grunn av innkomne disposisjoner jeg altså tar sjansen på å slå fast at nye trenere (II) vil bli autorisert.

Så litt om kurset. Jeg tar utgangspunkt i kurskritikkskjemaene som deltakerne - helt utkjørte etter 6 harde dager - avslutningsvis fikk ca. 20 minutter på å fylle ut. Jeg ser bort fra enkelte unntak (i enkelte emner), som skyldes forskjellige idrettslig bakgrunn, når jeg trekker den konklusjon at alle emner var interessante, og at deltakerne hadde relativt stort utbytte (deres egen vurdering) av emnene.

Emnet om SKADER - glimrende framført av NIH's fysioterapeut Gustav Gundersen - sto i denne sammenheng i særklasse. Ellers var det naturlig nok emnene rundt skytters psyke som opptok deltakerne mest, enten det gjaldt bruken av autogen trening (Willy Railo), det å være best når det gjelder mest (Trond Amundsen) eller gruppepsykologiens betydning (Morten B. Wilmann).

Selv om emnene forekom deltakerne interessante, var nok ikke dette den viktigste grunnen til at kurset kan betegnes som vellykket. Det var deltakerne selv som sørget for "prikken over i'en".

Fra en kursleders synspunkt var det fint å se hvor godt deltakerne gikk overens; det være seg såvel i gruppearbeid som i gruppepsykologiens mer personlige intervjuer - og ikke minst i de korte uformelle stundene ved måltidene og ved de natlige diskusjoner om temaer som var blitt berørt.

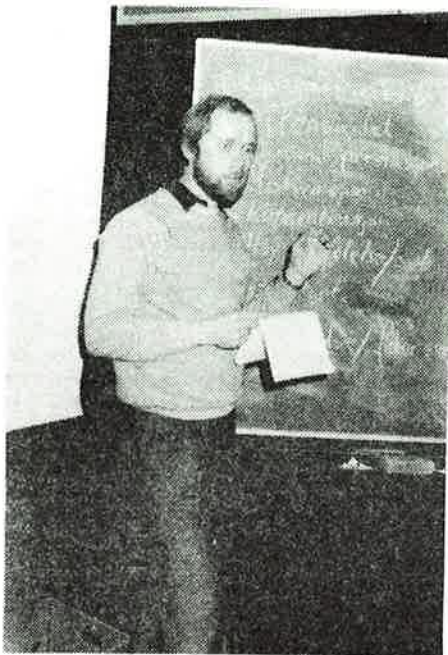
Tross det harde programmet (kl. 9.00 - ca. kl. 22.00 hver dag) beholdt deltakerne gnisten i diskusjonene - og ikke minst humøret. Jeg tror også foreleserne gled godt inn i dette miljøet - og ifølge kurskritikken gjorde alle en god jobb; Thor Aasvestad i anatomi/fysiologi (som nok hadde den "tørreste" oppgaven å ta seg av), Karl Wiggen (trenerrollen), Nina Kahrs (laglederfunksjonen/treningslære/handicappede), Morten Tønnesen (utstyrlære) og Arne Kronen (treningsplanlegging - og kursleder).

Deltakerne hadde forøvrig også et godt tak på de mer praktiske øvinger, og det er selvsagt å håpe at de senere vil virke for norsk bueskyting - i tråd med kursets målsetting.

Det bør ellers nevnes at leksjonen om handicappede skyttere, hvor Svein Amblie var sporty nok til å stille opp som "prøveklut", motiverte kursdeltakerne til å oversende en felles henstilling til Forbundet. Denne gikk ut på å få til en dispensasjonsadgang med hensyn til deltaking i stevner for handicappede som er avhengig av "ulovlig" utstyr.

- Så får vi se.

MBW



Forbundstrener Trond Amundsen foreleser her i psykologi. (Hvordan være best når det gjelder mest?)



C-kurssets deltakere fikk prøve seg i "sittende" stilling for å få et bedre innblikk i de problemer som dermed oppstår.

Her forsøker Kjell Gulbrandsen, Ås - i samarbeid med Knut T. Pedersen fra Bodø BF.

I bakgrunnen ser vi Svein Amblie som representant for våre funksjonshemmede beskyttere

Morten Tønnesen (t.v.) forklarer prinsippene om justering av utstyr på grunnlag av "treffbildet".

Vi ser en av de interesserte tilhørerne - Karles Ravndal, Algård BK.



fotos: Ivar Nakken

NORGES BUESKYTTERFORBUND SØKER:

FORBUNDSTRENER (DELTIDSENGASJEMENT)

Instruks foreligger for stillingen, som medfører endel reisevirksomhet.

Engasjementets lengde og omfang etter avtale.

Lønn etter avtale.

Tiltredelse 3. mai.

KONTORFUNKSJONÆR (DELTIDSSTILLING)

Lønn og arbeidstid etter avtale.

Tiltredelse 3. mai.

Det tas i begge tilfeller forebehold om budsjettgodkjenning fra vårt Forbundsting.

Søknader sendes Norges Bueskytterforbund, Hauger Skolevei 1, 1351 Rud, innen 10. april.

Nærmere opplysninger kan fåes ved henvendelse til forbundet;  
Tlf. 02-134290 v/Morten Wilmann.

UTTAK TIL REPRESENTASJONSOPPGAVER 1982

NORDISK MESTERSKAP SKIVE  
HOLSTERBRO, DANMARK.

Skyttere til Nordisk vil bli tatt ut på grunnlag av resultater oppnådd frem til og med 17/7. Det vil bli tatt ut skyttere i følgende klasser såfremt resultatene kvalifiserer.

DAMER SENIOR: 5 DELTAKERE  
DAMER JUNIOR: 3 DELTAKERE  
HERRER SENIOR: 5 DELTAKERE  
HERRER JUNIOR: 3 DELTAKERE

=====

EM - SKIVESKYTING;  
KESCEMÉT, UNGARN.

Skyttere vil i hovedsak bli tatt ut på grunnlag av resultater oppnådd frem til 17/7. Ved tvil kan også Nordisk Mesterskap bli lagt til grund. Det vil bli tatt ut skyttere i følgende klasser såfremt resultatene kvalifiserer.

DAMER: 1 DELTAKER  
HERRER: 3 DELTAKERE

=====

VM/EM JAKT/FELT,  
KINGSCLERE, ENGLAND.

Skyttere blir tatt ut på bakgrunn av resultater oppnådd frem til 1/8. Det kan bli aktuelt med matching i Sverige. Det blir tatt ut skyttere i følgende klasser, hvis resultatene kvalifiserer.

DAMER FRISTIL: 1 DELTAKER  
HERRER FRISTIL: 2 DELTAKERE

Videre eventuelt 2 skyttere, hvis UK mener de er kvalifisert, i instinktiv eller fristil.

UK KAN FORHÅNDSUTTA SKYTTERE TIL ALLE OPPGAVER:

## RAGNA ANNERLØV

En veteran innen bueskyttersporten og medlem av Oslo Bueskyttere døde 27.12.1981.

Ragna var alltid villig til å gjøre en innsats for klubben. Takket være hennes medlemskap fikk vi en trofast og klok klubbkamerat gjennom en årrekke.

Går vi litt tilbake i tiden noterer vi oss at Ragna ble norgesmester på jakt/felt i 1956, 1958 og 1961. Dessuten ble hun norgesmester på skive i 1962. Ragna fikk Norges Bueskytterforbunds hederstegn i bronse i 1970.

Jeg kan ikke huske at Ragna snakket negativt om andre mennesker og selv har jeg aldri hørt annet enn godt om Ragna. Det er ikke mange man kan si har et hjerte av gull, men det hadde Ragna.

Vi lyser fred over hennes minne i savnet av en god venn.

Helge R. Dysthe

Fra Oslo Bueskytterkrets' ting sakser vi følgende:

"I kretsstyremøte den 9/11-81 ble det henvist til beretningen for 1980/81 - og det svake resultat både kvantitativt og kvalitativt som kretsens skyttere oppnådde i denne periode.

I den anledning vil kretsstyret foreslå et forsøk på kvalitetsøkning i kommende periode, hvis vi kan få klubber og skytter med på det.

Vi akter å satse på en "stall" på min. 6 skyttere max. 12 skyttere som er positivt innstilt på å gi litt ekstra i form av teknisk og fysisk trening, samlinger ca. 1 gang i måneden, med teknisk bistand i form av video, myometer, tester på fremgang, og med kretsens best utdannede trenere til å følge opp.

Skyttere i denne stall er tenkt uttatt av en komite bestående av arbeidsutvalget og trenere, etter innstilling fra klubbene. Ca. hver 3 mnd. vil "stallen" bli vurdert, og utskiftninger kan finne sted. Formålet med denne "stallen" er å høyne skytternes resultater, og om mulig å få skyttere fra vår krets inne i Forbundets "stall", og evt. videre til representasjon på landslag.

Vi ber om at klubbene undersøker blant sine skyttere om de har noen lovende emner, med tilstrekkelige ambisjoner, som er interessert i å komme med på en slik ordning"

Oslo Bueskytterkrets har til nå avholdt 3 samlinger - og andre kretser anbefales å prøve slike tiltak.

Vi håper å motta referater omkring det som skjer på denne sektor.

Red.

Kurs i bueskyting på Haraldvollen kurscenter, Troms.

Fredag, lørdag og søndag, 5. - 7. februar arrangerte Troms idrettskrets' bueskytterutvalg kurs for nybegynnere og vidrekommende på Haraldvollen kurscenter, Troms. Kurset ga kompetanse som aktivitetsleder for de som deltok i den delen av kurset.

Vi startet opp fredag kveld med presentasjon av de i alt 22 deltagerne. Kursleder Nils Dybos tok deretter for seg N.B.S.'s oppbygging.

Lørdag morgen startet vi opp med teoretisk utstyrslære og anatomi, dette tok Jan Johnsen seg av. Siden var vi på idrettshallen hvor vi hadde skytetrening og praktisk øving i instruksjonsmetodik. Andreas Gjøvran tok seg av den teoretiske delen av instruksjonsmetodikken. Videre hadde vi videotrening, noe som alle vidrekommende deltok i, og fant meget positivt. Om kvelden ble filmen vist for alle, slik at vi samlet kunne gi ros og ris, og diskutere hverandres eventuelle feil. Lover og regler ble også gjennomgått, det tok kurslederen seg av.

Søndag fortsatte vi med skytetrening og instruksjonsmetodik, og ellers ble det stort sett en oppsummering av alt vi hadde gjennomgått de to foregående dagene.

Vi avsluttet søndag ettermiddag, og alle, både nybegynnere og vidrekommende hadde hatt et godt utbytte av kurset, noe som kursleder og instruktører skal ha all ære for.

Inger Chruickshank  
Inger Chruickshank  
Soløy Idrettsgruppe

HOYT PRO MEDALLIST T/D 3  
66"/39 lbs m/fullt utstyr  
Brukt 2 mnd.

Tlf. 04- 423648 e.kl. 17.  
Svein Ueland

WING ØNSKES KJØPT.  
40-45 lbs, 68-70"  
evnt. løse lemmer.

Fartein Mørck, tlf. 02/548339

Lite br. Pro Hoyt Medallist t/d selges.  
66"/lemmenes styrke e. ønske. Kr. 1300,-.

Pro Hoyt Special - venstre - selges. 66"/30 lbs.  
Som ny. Kr. 550,-.

Olav Bekken, 6630 Tingvoll  
Tlf. 073-31327

KRYSTALLSTEVNET - NY SUKSESS FOR KAI SVINGEN

I overkant av 40 skyttere møtte til start på Krystallstevnet i Stavanger Idrettshall søndag 7. februar.

Engelskmenn, skotter og de aller beste norske skytterne var med på å gjøre stevnet til en sportslig suksess.

I A-klassen tok Jan Erik Humlekjær ledelsen på 85 meter med 291, fulgt av Jan Roger Skyttesæter med 275, skotten Michael Hather med 274, og først på 4. plass fulgte Kai Svingen med 268.

Men, sin vane tro, Kai kom sterkere utover i stevnet. Han tok 70 - meteren med 306 mot Jannes 302, og på 50 meter tro han til med 311, og da 30-meterresultatet for Kai's vedkommende ble så bra som 340, var det klart for enda en seier til Kai. 1225 ble sluttresultatet, slett ikke verst midtvinters. Jan Erik Humlekjær fulgte på 2. plass med 1214.

B-klassen var den største klassen, og her ble vel resultatene best, relativt sett. Arrangørklubbens James Nystrom fikk virkelig klaff og skjøt 1113 og ny "pers" i massevis. En måtte helt ned på 11. plass for å finne førstemann under 1000 poeng. Altså bra nivå i B-klassen.

I C-klassen ble det Alf S. Idland fra Algård som trakk det lengste strådet og endte på 932 poeng foran Sigve Bratteli, Stavanger, som fikk 923.

Deltakelsen i juniorklassen ble nokså mager, da både Baard og Vegard Holmberg samt Olav Vaagen uteble, men resultatene for de to skytterne som stilte i klassen, ble gode.

Jørn Roger Bøe, Sandefjord, vant med gode 1172 foran Stavangers Dag Kjetil Paulsen, som endte på meget brukbare 1098 poeng.

I damenes A-klasse ble det helskotsk ved Alice Wallace og Jean Masson med henholdsvis 1162 og 995 poeng.

I B-klassen fikk Ruth Løkke, Stavanger, 944 poeng, og C-klassen ble vunnet av Bjørg Bratteli, også Stavanger, med 872 poeng.

Janne Idland, kretsens eneste juniorskytter på spinnesiden, har hatt en del problemer tidligere, men denne gangen fikk hun fullklaff og sluttet på gode 935 poeng.

Ved dette stevnet kjempes det hvert år om Gjensidiges Vandrepokal, og for andre år på rad tilfalt den Kai Svingen. Landsbankens Kniv var dette året satt opp i herrenes B-klasse, og James Nystrom kunne hente kniven under stor jubel.

En flott gavepremie fra Bueskytterutstyr i Porsgrunn tilfalt også Kai Svingen, mens Jan Erik Humlekjær drog av gårde med premien for første bingo. Kortholdspremien tilfalt Kai Svingen med poengsummen 651.

Resultater fra Stavanger Bueskytteres "KRYSTALLSTEVNE"  
i Stavanger Idrettshall søndag den 7. februar 1982

DAMER A:	70m	60m	50m	30m	Total	Treff
1. Alice Wallace, Glasgow	269	302	261	330	1162	
2. Jean Masson, ds.	243	229	212	271	995	
<b>DAMER B:</b>						
1. Ruth Løkke, Stavanger	192	252	206	294	944	
<b>DAMER C:</b>						
1. Bjørg Bratteli, Stavanger	190	250	188	244	872	
2. Kari Olsen, ds.	143	172	127	223	665	
3. Synnøve Sliper, ds.	45	223	132	226	626	
<b>DAMER JR.:</b>						
1. Janne Idland, Algård	193	220	226	296	935	
<b>HERRER A:</b>						
	85m	70m	50m	30m	Total	
1. Kai Svingen, Moss	268	306	311	340	1225	
2. Jan Erik Humlekjør, Fredrikstad	291	302	296	325	1214	
3. Jan R. Skyttesøter, Lillestrøm	275	303	293	316	1187	
4. Michael Mather, Glasgow	274	292	283	322	1171	
5. Gøsta Tamminen, Stavanger	240	296	302	329	1167	
6. Espen Otnem, Fredrikstad	246	296	279	311	1132	
7. Bjørn G. Haug, Moss	264	275	271	307	1117	
8. Ray Masson, Glasgow	259	270	271	312	1112	
9. Stephen James, Cleadon	240	266	275	319	1100	144
10. Terje Stigen, Ramnes	209	284	281	326	1100	142
11. Jan E. Ellingsen, Fredrikstad	259	252	261	325	1097	
12. Roar Nilsen, Fredrikstad	251	230	Brutt			

SPONSOR:

landsbanken a/s

HERRER B:	85m	70m	50m	30m	Total	Treff
1. James Nystrom, Stavanger	238	264	289	322	1113	
2. Knut Bøhle, Moss	264	255	258	309	1086	
3. Birger Thomassen, Bryne	245	277	250	304	1076	143
4. Egil Bøe, Stavanger	258	236	270	312	1076	142
5. Tom Arve Løwer, Porsgrunn	226	262	253	307	1048	
6. Paul H. Paulsen, Stavanger	235	241	264	307	1047	
7. Peder Olvik, Algård	226	250	251	309	1036	141
8. Karles Ravndal, Algård	238	251	249	298	1036	139
9. Frank Fredriksen, Moss	236	251	238	307	1032	
10. Arnold Haugvik, Bryne	224	248	234	317	1023	
11. Anne Kjærland, Bryne	183	244	257	309	993	
12. Sven Norberg, Stavanger	222	223	226	298	969	
13. Oddvar Amundsen, Moss	176	232	244	316	968	
14. Brian Trotter, Cleadon	199	230	226	300	955	
15. Ola Olseth, Bryne	193	205	251	250	899	
<b>HERRER C:</b>						
1. Alf S. Idland, Algård	192	214	219	307	932	
2. Sigve Bratteli, Stavanger	183	251	209	280	923	
3. Steve Slater, Cleadon	224	205	200	247	876	
4. Alf Olsen, Stavanger	188	206	172	260	826	
5. James Taitley, Cleadon	184	194	168	238	784	
<b>HERRER JR.:</b>						
	70m	60m	50m	30m	Total	
1. Jørn Roger Bøe, Sandesjørd	277	296	286	313	1172	
2. Dag Kjetil Paulsen, Stavanger	262	285	254	297	1098	

GJENSIDIGES VANDREPOKAL ble vunnet av Kai Svingen, Moss, 1225 p.  
LANDSBANKENS KNIV ble vunnet av James Nystrom, Stvgr., 1113 p.  
GAVEPREMIE FRA BUESKYTTERUTSTYR blevunnet av Kai Svingen 1225 p.  
PREMIE FOR BESTE KORTHOLD: Kai Svingen, Moss, 651 p.  
PREMIE FOR FØRSTE BINGO: Jan Erik Humlekjør, Fredrikstad.

SPONSOR:

landsbanken a/s





Fra FORBUNDSTRENER's rapport til Tinget-82:

Her er hva skytterne i "stallen" har gjort i perioden 1.1.-31.12.81.

#### ESPEN OTNEM

I gjennomsnitt på de 3 beste stevnene innendørs er resultatet 559 p. Utendørs er gjennomsnittet er de 3 beste 1201 p. Han har skutt ny personlig rekord med 1222 p.

#### JØRN R. BØE

Han har skutt 559 p. i gjennomsnitt på de 3 beste innendørsstevnene. Utendørs er resultatet 1237 p. Han er junior og har skutt norske rekorder på 60m. med 323 p., på 50m. med 309 p., og sammenlagt med 1253 p.

#### KNUT RØNNESTAD

Knut var junior ved innendørsstevningen og skjøt i gjennomsnitt på de 3 beste 558 p. Han satte ny juniorrekord på 18m. med 564 p. Utendørs var han senior, og på de 3 beste stevnene lå resultatet på 1150 p.

#### JAN ROGER SKYTTESETER

Innendørs var hans gjennomsnittsresultat på de 3 beste 551 p., mens utendørs var resultatet 1150 p.

#### SIGMUND RØNNEBERG

Innendørs skjøt Sigmund i gjennomsnitt på de 3 beste 546 p., mens han fikk 1140 p. ved utendørsstevnene.

#### ROAR NILSEN

Innendørs deltok han bare ved ett stevne, mens hans gjennomsnittsresultat utendørs ved de 3 beste stevnene var 1171 p.

#### VIGDIS STIGEN

Hun skjøt i gjennomsnitt på de 3 beste innendørsstevnene 559 p., mens hun utendørs fikk et gjennomsnittresultat på 1231 p. Hun har skutt norsk rekord på 18m. med 562 p.

Jan Erik Humlekjær og Kai Svingen har ikke vært med i noen "stall", men har skutt meget gode resultater.

#### JAN ERIK HUMLEKJÆR

Han har skutt 555 p., i gjennomsnitt på de 3 beste innendørsstevnene, mens resultatet utendørs har vært 1231 p. Videre har Janne skutt ny norsk rekord på 70m. med 321 p.

#### KAI SVINGEN

I gjennomsnitt på de 3 beste innendørsstevnene er resultatet 571 p. Han har skutt ny norsk rekord på 18m med 577 p. Utendørs er resultatet på de 3 beste stevnene 1260 p. Han har skutt norsk og nordisk rekord på 90m. med 304 p., ny norsk rekord på 70m. med 323 p., på 30m. med 350 p., og sammenlagt med 1288 p.

\*\*\*\*\*

#### FORBUNDSTINGET !

Visste du at Forbundstinget er åpent for alle?

Lørdag 17. april kl. 09.00 åpnes Tinget - og du er hjertlig velkommen til å følge debattene omkring norsk bueskyting og dens virksomhet i de neste årene.

Mange interessante spørsmål skal diskuteres - spørsmål som har direkte eller indirekte betydning for deg som bueskytter.

MØT FRAM (men gi oss et varsel slik at du kan få servering)!!

Resultater fra stevnet i "Bergsliahallen" søndag 21. februar 1982.

Herrer klasse A.

1. Jon E. Arntzen, Tønsberg	271	274	545	poeng
2. Per Harald Wang, Sandefjord	266	275	541	"
3. Trond Sjørem, Horten	268	267	535	"
4. Magnar Tinderholt, Sandefjord	260	268	528	"
5. Håkon Hasselgård, Larvik	257	262	519	"
6. Finn A. Olafsen, Sandefjord	257	257	514	"
7. Thor Sletten, Larvik	262	250	512	"
8. Karstein Lien, Drammen	253	241	494	"

Herrer klasse B.

1. Hans O. Hvitsten, Sandefjord	272	263	535	"
2. Asbjørn Øvretveit, Drammen	274	256	530	"
3. Oddvar Amundsen, Moss	254	260	514	"
4. Kjell Bjelland, Sandefjord	260	250	510	"
5. Micael Ryan, Tønsberg	257	252	509	"
6. Stein W. Røkenes, Tønsberg	249	245	494	"
7. Per Kr. Stang, Horten	232	261	493	"
8. Arvid Johansen, Tønsberg	240	251	491	"
9. Lars Erik Lilleødegård, Tønsberg	245	243	488	"
10. Åge Hansen, Larvik	245	238	483	"
11. Arne Hovde Næss, Larvik	232	245	477	"
12. Tore Jørgensen, Sandefjord	234	230	464	"

Herrer klasse C.

1. Knut Bøhle, Moss	261	259	520	"
2. Finn Aune, Drammen	259	257	516	"
3. Reidar Johansen, Larvik	251	247	498	"
4. Kjell Løvold, Tønsberg	242	253	495	"
5. Terje Reiss, Tønsberg	248	241	489	"
6. Jan Petter Sjørem, Horten	233	250	483	"
7. Jørgen Akerhaugen, Akkerhaugen	246	232	478	"
8. Asbjørn Kirkestuen, Akkerhaugen	228	243	471	"
9. Ragnar Severinsen, Ramnes	236	234	470	"
10. Ragnvald Skjerdal, Akkerhaugen	233	223	456	"
11. Magnar Eggen, Sandefjord	208	215	423	"

Damer klasse A.

1. Karin M. Larsen, Larvik	270	270	540	poeng
2. Wenche Bøe, Sandefjord	263	259	520	"
3. Tove Sletten, Larvik	237	266	503	"
4. Dagny Severinsen, Ramnes	207	222	429	"

Damer klasse B.

1. Irene Karlisen, Tønsberg	236	247	483	"
2. Turid Hasselgård, Larvik	234	229	463	"
3. Gunhild Solberg, Akkerhaugen	224	237	461	"
4. Ingjerd Øvretveit, Drammen	186	189	375	"

Damer klasse C.

1. Svanhild Arntzen, Tønsberg	265	246	511	"
2. Alice Stenberg, Drammen	188	210	398	"

Herrer junior.

1. Erik Knutsen, Tønsberg	265	248	513	"
2. Terje Johansen, Ås	228	210	438	"
3. Trond Johansen, Larvik	207	226	433	"
4. Geir Langø, Ramnes	214	208	422	"

Herrer yngre junior.

1. Rune Jørgensen, Tønsberg	269	275	544	"
2. Jørn Magne Molland, Ramnes	247	265	512	"
3. Roger Bogen, Ramnes	241	244	485	"
4. Ivan Andersen, Drammen	242	241	483	"
5. Tom R. Rojahn, Tønsberg	213	228	441	"
6. Knut Ø. Skauen, Tønsberg	214	225	439	"
7. Tom Allerød, Tønsberg	174	182	356	"

Junior instinkt.

1. Rolf V. Johansen, Sandefjord	157	205	362	"
2.				

Yngre junior instinkt.

1. Tommy Bjelland, Sandefjord	244	227	471	"
-------------------------------	-----	-----	-----	---

Premie for første "Bingo" gikk til Jon E. Arntzen, Tønsberg.

Vi takker for denne gang og ønsker velkommen igjen.

TIL DEBATT !

Til Henrik Stabell.

For det første: Takk for responsen, håper flere begynner å ytre seg etterhvert. Jeg skal ikke prøve å få deg til å slutte med klikk eller presse deg til å skyte fortere enn du finner naturlig.

Mitt forrige innlegg er med vilje gjort provoserende for å sparke igang aktivitet, og dette frister naturligvis til kritikk. Samtidig gir det meg anledning til å komme med svar...!

Krykke er kanskje et sterkt ord, men alle hjelpemidler vi tar i bruk skaper avhengighet og påvirker oss mer enn vi er klar over. Jeg skal ikke gå så langt som til å ta avstand fra alt unntagen instinktskyting, men vil gjerne markere at et mest mulig intimt samarbeid mellom skytter og utstyr er ønskelig for å oppnå presisjon og stabilitet. For et par år siden deltok jeg i innendørs NM. Jeg hadde nettopp flyttet ankringspunktet fra hakespissen til siden, og da dette var før ankringsplatens tid, brukte jeg munnmerke for å sikre at den nye ankringen var stabil. Ved stevnets begynnelse oppdaget jeg at strengen var blitt frynsete, og jeg hadde ikke flere strenger med munnmerke. Jeg klarte meg heldigvis bedre uten enn jeg hadde ventet, og har siden aldri brukt det, men eksempelet skulle vise at en skytter som baserer sin presisjon på tekniske hjelpemidler blir utsatt i forhold til en som er sikker på sin egen følelse for ankring, grep om streng og buø, draglengde osv. Derfor bør man ikke ta i bruk slike hjelpemidler uten først å ha etablert en stabil og god skyteteknikk. Når det gjelder tempoet i skytingen, vil jeg være frekk nok til å hevde at behovet for hvile hos de fleste kommer av at de skyter med for kraftige buer. Jeg er istand til å stå i fullt drag i over 1 minutt med min bue (40 lbs) uten å miste kontrollen, og i 20 sek. med en på 55lbs. Likevel kan jeg synes at skytingen er slitsom etter et par ukers treningspause eller på dårlige dager. Jeg vet også at jeg skyter vesentlig fortere OG sikrere når jeg er i toppform fysisk/psykisk/teknisk og at gullskrekken min forsvinner som dugg for solen hvis jeg reduserer buestyrken under 30lbs.

God margin til maksimumstiden gir selvtillit under stevner, selvom man skulle bli nødt til å ta ned eller plutselig er utrygg på et eller annet og feks. vil sjekke utstyret før neste skudd.

Treningskvelder er gjerne tidsbegrenset, og siden vi gjerne deler skyterytme, er sommel og lange poengsummeringsseanser "sløsing" med tid.

Sidrompete lag på jakt & felt-stevner er omtalt av andre før meg, la det bare være sagt at min erfaring tilsier at det er typiske skiveskyttere, gjerne med klikker, som er hovedansvarlige når enkelte stevner ikke blir ferdig før mørket faller på.

Jeg er likevel enig i at man ikke skal skyte "unaturlig" fort, det ødelegger og fører lett til gullskrekk. Du er tydeligvis ikke plaget av denne "sykdommen" ennå. Klikkeren var jo opprinnelig tenkt som botemiddel for dette, og det er i denne sammenheng at den virkelig fungerer som "krykke". Brekker du beinet, så går det nok å bevege seg på krykker, men du er ikke frisk før du kan gå uten hjelpemidler. Nåvel, ikke ta denne parallellen for alvorlig, men mange klikkeskyttere har alvorlige problemer på tross av "medisinen". Ingen tekniske finesser kan erstatte en god selvkontroll med formålsrettede reflekser, og faren med klikkeren er at den kan gi deg følelsen av at du har full kontroll over skytingen ved å svekke kontakten mellom deg og skytingen. Jeg skal komme tilbake til dette med gullskrekken i en senere artikkel hvor jeg forsøker å gå i dybden med slike ting. I mellomtiden vil jeg anbefale en artikkel av Bill White (sørafrikansk landslagstrener) om klikkerproblemer i siste nr. av "Archery International", hvor han bla. advarer mot den tiltagende tendens til å la nybegynnere bruke klikker før de har etablert en stabil skytestil. Tilslutt: noe av sjarmen ved bueskyting er å treffe målet uten å være avhengig av moderne teknologi. Forskjellen på buen og andre skytevåpen er noe langt mer enn forskjellen i støynivå! Enig?

Vennlig hilsen

Peik Borud.

*Peik Borud*



