

# Buestikka

MELDINGSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

11. årg.

Nr. 4.

Mai 1985.



Frode Eldevik fra Kvæfjord ble  
Nord-norsk mester for minijuniors.

Redaksjon:  
Norges Bueskytterforbund  
Hauger Skolevei 1, 1351 Rud  
Postgiro nr. 3 07 57 10  
Bankgiro nr. 8720.09.89404

Redaktør:  
Morten B. Wilmann  
Bladet utkommer med 10 nummer årlig  
med unntak av februar og juli. Utsendelse  
ca. den 15. i måneden.

Årsabonnement kr. 40,-

Stoff må være redaktøren i hende senest  
den 25. i måneden før bladet sendes ut.

Annonsestatter: 1/4-side kr. 250,-  
1/2-side kr. 150,-  
1/4-side kr. 75,-

Stevneannonser pr. 1/4-side kr. 50,-  
(Betales samtidig med bestilling)



## REDAKTØREN

Hei igjen!

Når du har dette nummeret i hende, er utendørssesongen i full gang (forhåpentligvis), noe særlig stevneannonser bærer bud om.

Imidlertid tar vi med en oppsummering av innendørssesongen - bl.a. gjennom et referat fra Nord-norsk Mesterskap og avslutning av korrespondanseserien for juniorer.

Ellers vil du finne litt av hvert, og slik jeg ser det, vil bl.a. Ide-spalten, Spørrespalten og Kjepphesten kunne bli interessant. Sistnevnte spalte er forøvrig også åpen for andre enn Peik B.

Buestikka kommer istand innenfor strenge tidsrammer og er vår for høytider som f.eks. påsken. I april-utgaven manglet pagineringen, og det snek seg inn et par rariteter;

- I NM-referatet sto det at Kai Svingen viste at han fremdeles var på 5. plass. Det han egentlig viste var at han fremdeles er med i toppen, og at det denne gang ble en 5. plass.
- I «Kjepphesten» ble det gjort en henvisning til figur, og den som fant den figuren var dyktig. Figuren var blitt, men jeg antar at man forsto hva saken handlet om likevel.

Så til stevneannonserne i slutten av juni, i juli og august; Annonsene bør med i juni-nummeret (frist 25/5).

Og til slutt: Dagens utgave av Robin Hood (side 22) har ingen hentydning til Oslo Bueskytterkrets og dens ledelse.

## Innholds- fortegnelse

Redaktøren	s. 2
Nytt fra NBF	s. 3
Nord-norsk mesterskap	s. 5
Hasselgård: Tenk positivt	s. 7
Korrespondanseskytingen for jr.	s. 8
Utd. kons.: Trenerkurs for hvem?	s. 10
Junior-stoff	s. 12
Espen Otnem - månedens navn	s. 13
Inspirerende på Elverum	s. 14
Spørrespalten	s. 15
Hva venter oss i 1985?	s. 16
Idé-spalten	s. 18
Oslo BK - 10 års jubileum	s. 20
Oslogryta	s. 21
Tippenøkkelen (fra NIF)	s. 23
Heavy Metal - av Peik Borud	s. 24
Stevneannonser	s. 27
Innspill - av Fred Helminsen	s. 27
Kjepphesten	s. 30
SAS innendørsserie 84/85	s. 31
- div. annonsering	

NYTT FRA NBF

## DAG K. PAULSEN i PROSJEKT -88



Norges Idrettsforbunds storstilte Prosjekt-88 teller nå også en bueskytter, Dag K. Paulsen fra Stavanger BS.

Dette er klart en stimulans for vår satsing på eliteidrett, og selvsagt en formidabel stimulans for Dag Kjetil.

Når spenningen nå er utløst, og vi er representert i prosjektet (hvilket i høyeste grad var usikkert), kan vi også gjøre visse refleksjoner.

På bakgrunn av et grundig opplegg og bred dokumentasjon lanserte NBF følgende to kandidater til prosjektet: Jan R. Skyttesæter og Dag K. Paulsen - prioritert i nevnte rekkefølge.

Det kan derfor synes å være en viss overraskelse at sistnevnte ble tatt ut alene. Imidlertid vurderes kandidatene i 3 kategorier:

- de utøvere som er etablert i verdenstoppen (ingen bueskytter)
- de utøvere som forventes å nå verdenstoppen i løpet av et års tid (Jan R. Skyttesæter)
- talenter/ynge skyttere som forventes å nå verdenstoppen i løpet av 3-4 år (Dag K. Paulsen)

Våre to kandidater er m.a.o. ikke vurdert mot hverandre.

Det er fra Prosjekt -88 gitt uttrykk for at døra fortsatt i høyeste grad står åpen for Jan Roger, men det ønskes altså ytterligere dokumentasjon fra hans side når det gjelder å presentere

seg som en kandidat for verdenstoppen. Slike resultater har vi tro på at Jan Roger klarer, og at denne foreløpige vurdering fra Prosjektets side stimulerer Jan Roger til "å stå på"; Vi skal vise dem!

#### DISPONERING AV PRESTASJONSSTIPEND, SPONSORMIDLER m.v.

I ovennevnte anledning har Forbundsstyret vedtatt visse klargjørende retningslinjer:

- NBF bestemmer bruken av 50% av individuelle sponsorinntekter. Den andre halvpart disponeres av skytter etter eget skjønn - til dekning av reelle utgifter i anledning bueskyting.
- Det innføres følgende klausul på prestasjonsstipend: Stipendene skal benyttes til utstyr og/eller matching.
- Kultur- og offentlige stipender der søknadene organiseres av NBF, skal benyttes til matching. (Disse gis forøvrig ofte til spesielle tiltak som det redegjøres for i søknadene).

Man forutsetter selvsagt at bruken av midlene skjer i samarbeid mellom utøver og NBF - til beste for norsk bueskyting og den enkelte skytter.

#### SPECIALISERING AV SAKSOMRÅDER INNAD I STYRET:

Som et ledd i den interne organisering av styrets arbeid, er det foretatt følgende fordeling av hovedarbeidsområder:

Arne Kronen:	Målsettinger og strategi. Økonomiske prioriteringer.
Jan E. Ellingsen:	Toppidrett. Økonomiske prioriteringer.
Margaretha Ingves:	Juniorarbeid.
Eivind Engen:	Regnskap og budsjett.
Egil Bøe:	Markedsføring og intern informasjon. Mediaspørsmål.
Nils Dybos:	Konkurransesaktivitet.
Magnar Eggen:	Utdanning.
Karl Breng:	Anleggsspørsmål.
Tore Gjerd:	Virksomhet på kretsplan.
Ingjerd Øvretveit:	Rekruttering. Trim.

På sikt er det meningen at styrets representanter skal orientere om sine hovedarbeidsområder i Buestikka.

#### FORNYELSE AV FITA-RUNDEN?

Fra en komite nedsatt av FITA med tanke på revidering av FITA-runden med det formål å gjøre den mer interessant for publikum/media, er det mottatt et høringsutkast. Utkastet konsentrerer seg naturlig nok om VM-runden (dobbel FITA-runde) og skisserer følgende: Første runden som vanlig, hvorav bare et begrenset antall kvalifiserer seg for videre deltakelse. Dernest flere kvalifiseringsrunder med et mindre antall piler på hver distanse - der man går fra 30m og opp til 90m (70m).

Det skal bli spennende å se hvordan dette går - og om dette kan bidra til "forbedringer" av vår vanlige enkelt-runde.

#### NORD-NORSK MESTERSKAP MED OVERRASKELSER

Den store bredden av bueskyttere som nå finnes i Nord-Norge, dokumenterte ved årets NNM i Sortland at også resultatene begynner å komme for alvor.

Det viser med all tydelighet at desto bredere og mer fruktbart miljøet er, desto bedre blir resultatene også.

Hele 79 deltakere hadde funnet veien til Sortlandshallen den 16. mars, og dagens mann ble junioren Valter Kristiansen fra arrangørklubben.

Med resultatene 561 p. og 556 p. ble han klart beste skytter, og slo naturligvis "knock-out" på konkurrentene i sin klasse.

Klubbkameraten (og senere norgesmester) Kåre Lykseth endte opp på brukbare 1065 p.

I herrenes seniorklasse kom vel den største overraskelsen, i og med at Kvæfjords Rolv Brun satte - med sine 1094 p. - favorittene Knut Pedersen og Kristian Andersen på h.h.v. sølv- og bronseplass. Men spennende var det.

Overraskende var det også at Vigdis T. Dybos (fjorårets vinner av Norges-cup) måtte bite i gresset for Aspelunds Unni Næstby etter en rivende finish.

I de yngre klassene ble det klare seire (se resultatene for de beste).



Nord-norsk mester:  
Rolf Brun, Kvæfjord BK



Kvæfjord-skyttere i godt humør ved NNM

### RESULTATLISTE NORD-NORSK MESTERSKAP I BUESKYTING INNENDØRS 1985

#### HERRER SENIOR

1. Rolv Bruun, Kvæfjord	1094
2. Knut Pedersen, Bodø	1082
3. Kristian Andersen, Harstad	1074
4. Arne Markus Vikholt, Kvæfjord	1061
5. Ivar Markussen, Salangen	1053

#### DAMER SENIOR

1. Unni Næstby, Aspelund	945
2. Vigdis Dybos, Tromsø	937
3. Anne Steffensen, Sortland	930

#### DAMER JUNIOR

1. Marianne Enoksen, Harstad	845
2. Borghild Andersen, Harstad	807

#### HERRER JUNIOR

1. Valter Kristiansen, Sortland	1117
2. Kåre Lykseth, Sortland	1065
3. Truls Hansen, Bodø	931
4. Ronny Bredvik, Fauske	907

#### YNGRE JUNIOR - GUTTER

1. Alf Enoksen, Harstad	961
2. Kjetil Wirkola, Tromsø	851
3. Reidar Hundstad, Kvæfjord	800

#### MINI JUNIOR

1. Frode Eldevik, Kvæfjord	1056
2. Anders Solvoll, Sortland	915
3. Tommy Meier, Aspelund	859
4. Stein Roar Sogge, Harstad	831
5. Gunnar Sundfær, Tromsø	830

# Tenk positivt.

Av Håkon Hasselgård.



Treffer du mange positive mennesker daglig? Folk som ser lyst på livet og har et smil og en oppmuntrende replikk som kjennetegn? Mennesker som konsentrerer seg om konkrete saker som skal løses og ikke henger seg opp i uvesentlige problemer, og spesielt ikke i problemer som de ikke har muligheter til å påvirke. Ja, gjør du det er du heldig og har nok en grunn til å glede seg over livet. Av to grunner. Det ene er at disse menneskene har lett for å gjøre deg selv glad, positivitet er nemlig smittsomt. Det andre er at du selv kanskje er medvirkende årsak til vedkommendes positive innstilling, smitte kan jo overføres begge veier.

Men hva har nå dette med bueskyting å gjøre, det skal jo verken smiles eller prates på linjen? Jo, det er en klar sammenheng. Folk med en positiv grunnholdning som innser et problem når det oppstår og legger energi i å løse det har større forutsetning for å lykkes som bueskyttere. Selvfølgelig også på andre områder, men vi får holde oss til bueskyting.

Vi kan se effekten på flere områder. På skytelinjen må vi ha en positiv innstilling for å oppnå den selvtilit som er nødvendig for å lykkes. Vi må ha tro på oss selv på hver pil, og ikke tenke på hva som skjedde på den foregående. Den er gått over i historien. Vår generelle innstilling til vår idrett og til treningen må være positiv. Vi må ha tro på at vi kan lykkes og evne til å konsentrere oss på ting vi har muligheter for å påvirke.

En gylden regel er og ikke bekymre oss for ting som ligger utenfor vår påvirkningsevne. Det er dessverre det motsatte

som ofte finner sted. Vi bekymrer oss for at konkurrentene har bedre forhold både økonomisk og treningsmessig. At hallen er for kald. At sidemann skyter links. At det regner. Eksempler kan nevnes i fleng, og vi kunne fylle hele siden med lign. bortforklaringer.

Konstanter slike forhold og aksepter dem. Det er under disse forholdene du skal skyte i dag, det er i dag poengene utdeles, Bruk din energi til å gjøre det maksimale ut av situasjonen.

Jeg hørte en orienteringsløper gi et godt eksempel på sin innstilling i en konkurransesituasjon. Han sa: Når det går fryktelig tungt over ei myr, regnet spruter, bakken og beina føles som bly, tenker jeg, dette er tungt, nå faller de andre av. Det er hva jeg mener med positiv tenking, og ekempelet kan lære oss mye.

Tilbake til akseptering. Alle, også bueskyttere aksepterer at slaget på Stikkelstad har funnet sted, og at det er historie. Men mange bueskyttere har store problemer med å akseptere at den pilen de nettopp har skutt er historie. De kan lite forandre dens posisjon i skiven som de kan forandre utfallet av det før nevnte historiske slag. Dette må aksepteres og energien delegeres til neste pil og ikke kastes bort på å ergre seg over historiske fakta.

Ja, dette ble både litt historie og almen psykologisk viten i en artikkel som er ment å hjelpe oss på veien til å bli bedre bueskyttere. Mitt poeng er at vi ikke kan se noen idrett isolert, i vårt tilfelle bueskyting.

Jo mer vi kan innrømme og forstå sammenhengen mellom våre følelser, tanker og handlinger, jo bedre kan vi lykkes som bueskyttere. Er vi ærlige overfor oss selv, analyserer og innrømmer våre sterke og svake sider, kan vi påvirke vårt psyke positivt og som en følge av dette også våre resultater.

**Tenk positivt.**

## Korrespondanseskytingen

### Damer jr.:

Heidi Bjelland, Sandefjord BS	1565 p.
Annette Sunde, ABSK	1513 p.
Borghild M. Andersen, Harstad	1432 p.
Marianne Enoksen, Harstad BS	1412 p.
Signe K. Skjerdal, ABSK	1361 p.

### Yngre jr. jenter:

Heidi Hybbestad, Larvik BS	1444 p.
Kjersti Jørgensen, Soløy IG	1413 p.

### Herrer jr.:

Haakon Haakonsen, Langskudd	1695 p.
Valter Kristiansen, Sortland	1693 p.
Arild Svendsen, Porsgrunn BS	1679 p.
Svein T. Anglevik, Langskudd	1673 p.
Kåre Lykseth, Sortland BK	1669 p.
Tommy Bjelland, Sandefjord BS	1627 p.
Vegard Holmberg, Porsgrunn BS	1612 p.
Bent E. Braarud, Sp.kl. Vidar	1538 p.
Dag Endresen, Langskudd	1519 p.
Truls Hansen, Bodø BF	1500 p.
Geir Jørgensen, Horten & OB	1443 p.
Dag R. Lorentzen, Harstad BS	1400 p.

### Yngre jr. gutter:

Pål Teien, Larvik BS	1586 p.
Morten Bøe, Sandefjord BS	1584 p.
Knut Grønnestad, Langskudd	1544 p.
Pål Endresen, Langskudd	1538 p.
Henrik Bolstad, Sp.kl. Vidar	1519 p.
Bjørn V. Pedersen, Porsgrunn	1517 p.
Jarle Flathus, ABSK	1500 p.
Alf Enoksen, Harstad BS	1493 p.
Sven Sletten, Langskudd	1484 p.
Oddbjørn Sunde, ABSK	1448 p.
Geir Larsen, Porsgrunn BS	1426 p.
Kjetil Grønn, Larvik BS	1424 p.
Vidar Meier, Aspelund BK	1412 p.

### Mini-junior:

Tommy Christensen, Langskudd	1691 p.
Stein R. Sogge, Harstad BS	1567 p.
Kim Mørk, Østerås BS	1541 p.
Tommy Meier, Aspelund BK	1509 p.
Jostein Vegheim, ABSK	1491 p.
Johannes Ellingsen, Langskudd	1490 p.
Halvor Aase, ABSK	1464 p.
Raymond Meier, Aspelund BK	1442 p.
Lasse Isachsen, Sandefjord BS	1428 p.
Knut Corneliussen, Østerås BS	1415 p.
Øistein Moe, Horten & OB	1412 p.
Hårek W. Olsen, Salangen BK	1402 p.
Torbjørn Valhammer, Langskudd	1399 p.
Svein A. Nilsen, Østerås BS	1397 p.
Tor E. Naløy, Langskudd	1388 p.
Håvard N. Jakobsen, Langskudd	1378 p.
Unni Christensen, Langskudd	1373 p.
Stian Larsen, Aspelund BK	1372 p.
Morten Dale, Langskudd	1358 p.
Karl A. Jacobsen, Langskudd	1329 p.
Richardt Kielland, Harstad BS	1293 p.
Anita Hansen, Aspelund BK	1286 p.
Jon E. Olsen, Harstad BS	1245 p.
Ronny Jørgensen, Salangen BK	1235 p.
Per Chr. Stensgård, S.fjord	1224 p.

=====

Så var denne korrespondanseskytingen for juniorer kommet til veis ende denne gang. Selv om vi her bare gjengir de beste, må vi opplyse at hele 90 juniorer har deltatt.  
- Og kanskje det kunne vært enda flere, om klubbené hadde vært "våkne" nok.

Fullstendig resultatliste er sendt de deltakende klubber.

MBW

# ALT I PREMIER TIL RIMELIGE PRISER

- Medaljer
- Pokaler
- Trofeer
- Spesialmerker
- Rimelig gravering
- Returret

**PREMIE  
SENTERET**

Teientoppen 2  
3270 Nanset  
TEL (034) 16 938

Jeg klager ikke. Jeg venter all-  
tid med å erge meg til det er  
for sent - og da er det unød-  
vendig.

Storm P.

TRENERKURS - FOR HVEM?

av Utdanningskonsulenten

Undertegnede har registrert at interessen for å gjennomføre trenerkurs (NBF's B- og C-kurs) ikke har vært spesielt stor i de årene jeg har fungert som utdanningskonsulent.

Og jeg tror at årsaken er at skytterne ikke ønsker å bli belastet med treneroppgaver etter avsluttet kurs - og da bør man vel ikke ta disse kursene?

Dette forhold har to sider: Det er klart at i de tilfeller der klubben bekoster dyre reiser og andre kursutgifter for vedkommende, foreligger en viss moralsk forpliktelse til "gjenytelse". På den annen side har man som skytter stor fordel av den kunnskap disse kursene gir. Generelt mangler de fleste skyttere den nødvendige forståelse av vår idrett - teknisk, fysisk og psykisk - til å få særlige resultatforbedringer.

I så måte burde disse kursene være obligatorisk for alle, og dette kan man tenke seg mulig etterhvert som denne type kurs i større grad avholdes regionalt/lokalt, og dermed lavere omkostninger som skytteren selv kan dekke. Den investering som der legges ned, vil skytteren normalt få gode renter av - i poeng.

Den "redsel" for å bli pålagt oppgaver (som trener) man ikke ønsker, ville også fortape seg noe dersom klubbene ikke "pålegger" den autoriserte trener feil oppgaver.

Med "feil oppgaver" mener jeg nybegynnerkurs og nybegynnerinstruksjon. Med utgangspunkt i NBF's nåværende situasjon - med få (kanskje bare én) trenere i hver klubb - vil slike oppgaver ta det meste av trenerens tid, uten å gi ham særlig nyttig feedback som skytter. Nybegynnerinstruksjon skal ethvert klubbmedlem kunne organisere/ta hånd om - hvilket burde gå bra etter et gjennomført aktivitetslederkurs i klubben (16 timers kurs). "Feil oppgave" er det også når man forventer at den utdannede treneren skal instruere klubbsskyttere som ikke er motivert for læring i det hele tatt.

Det ideelle er; Flest mulig av klubbens skyttere tar trenerutdanning. Disse danner "team" (2-4 stk) for gjen-sidig hjelp og støtte til å bli bedre skyttere. I tillegg kan de virke som ressurspersoner (råd og veiledning) overfor andre. Dette vil man nemlig finne mer interessant enn belastende (min overbevisning).

La meg legge til - for ikke å bli misforstått - at den trener som ser selve trenergjerningen som det viktigste, selvsagt vil kunne ha personlig utbytte av å forestå nybegynneropplæring. Denne type trenere vil som regel ha mulighet til og gleden av å kunne følge skytterens framgang fra først av.

Til slutt i denne omgang vil jeg også peke på de muligheter som foreligger gjennom kretsenes/utvalgenes emnekurser, der man tar for seg et eller flere spesielle felter pr. kurs. På sikt vil også dette bidra til større forståelse blant skytterne - og altså bedre resultater.

# SKANDINAVISK BUREAU A.S

3812 AKKERHAUGEN - NORWAY

Telefon:

Ø 036-66 315 Int.: Ø +47 36 66 315

Den norske Creditbank - Bankgiro 7047 05 06103 Postgiro 2 04 28 02



NEW

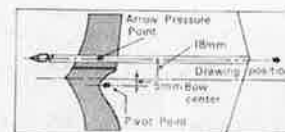
**fD-04**

ROYAL VIP!

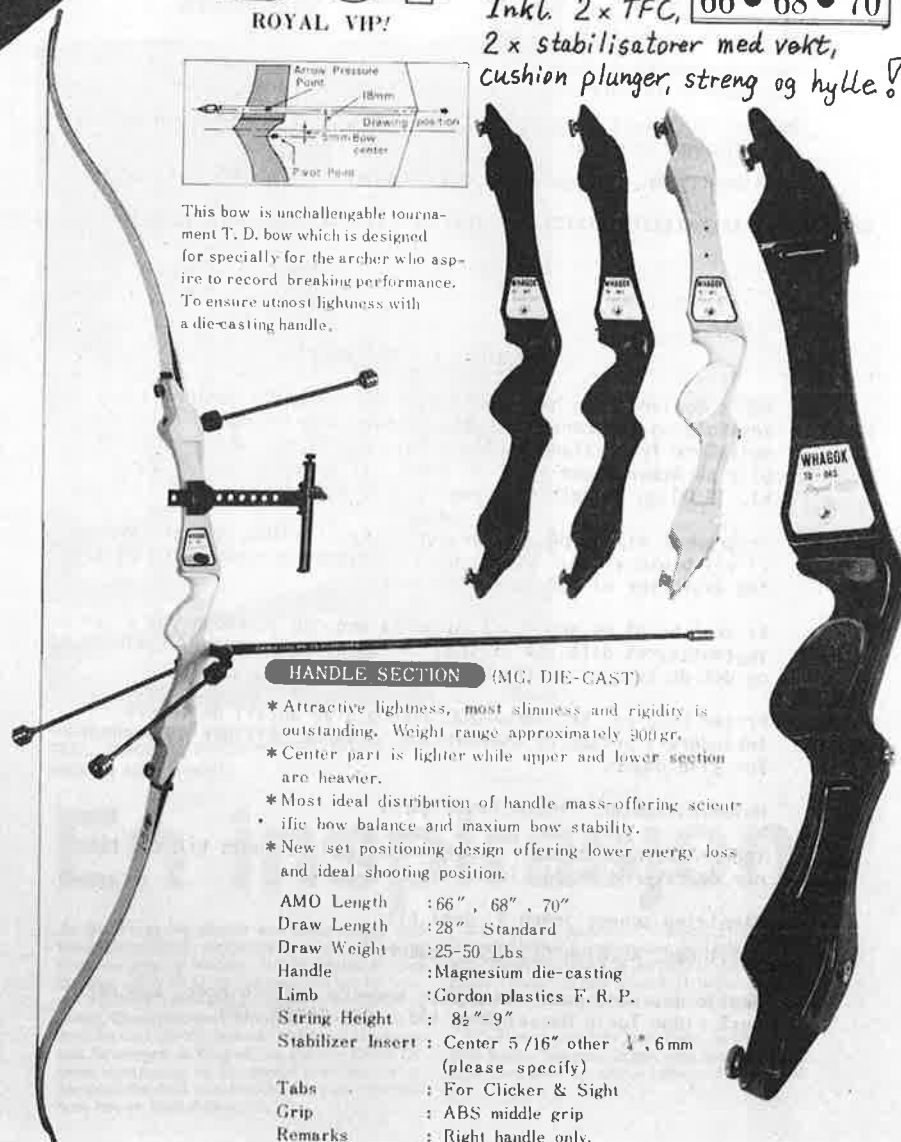
KR 1780,-

Inkl. 2 x TFC, 66 • 68 • 70

2 x stabilisatorer med vekt,  
cushion plunger, streng og hylle!



This bow is unchallengable tournament T. D. bow which is designed for specially for the archer who aspire to record breaking performance. To ensure utmost lightness with a die-casting handle.



## HANDLE SECTION (MG. DIE-CAST)

- \* Attractive lightness, most slinness and rigidity is outstanding. Weight range approximately 300gr.
- \* Center part is lighter while upper and lower section are heavier.
- \* Most ideal distribution of handle mass-offering scientific bow balance and maximum bow stability.
- \* New set positioning design offering lower energy loss and ideal shooting position.

AMO Length : 66", 68", 70"  
Draw Length : 28" Standard  
Draw Weight : 25-50 Lbs  
Handle : Magnesium die-casting  
Limb : Gordon plastics F. R. P.  
String Height : 8½"-9"  
Stabilizer Insert : Center 5/16" other ¼", 6mm  
(please specify)

Tab : For Clicker & Sight  
Grip : ABS middle grip  
Remarks : Right handle only.

## JUNIORSAMLING I Helsingborg 14. juli.

Vi viser til opplysninger gitt av Juniorutvalget i forrige nummer vedr. ovennevnte "samling".

På oppfordring av Juniorutvalget bringer vi her noen flere opplysninger om konkurransen:

Konkurransen har følgende klasseinndeling og skyterunder:

HF 16 (16-18 år)	70-60-50-30 m.
DF 16 (16-18 år)	60-50-50-30 m.
DF 13/ HF 13 (13-15 år)	50-40-40-20 m.
DF 10/ HF 10 (t.o.m. 12 år)	20-20 m.

Konkurransested er Norrvalla Idrottsplats (gressbane), og foruten individuell konkurranse er det også lagkonkurranse i hver klasse.

Det vil bli skutt 3-pilserier. Den som ønsker nærmere opplysninger, kan henvende seg til:

Helsingborg BK, Tuvegatan 1, 260 35 Ödåkra, tlf. 042-20 55 84

XX

## JUNIOR-LEIR ØSTLANDET

NBF's Juniorutvalg har i år satset på regionale juniorleirer, og Vestfold og Telemark Bueskytterkretser vil arrangere leir for deltakere fra østlandsområde i alderen 11 til 18 år. Leiren blir på Akkerhaugen 7.-8.-9. juni. Vi møtes fredag 7. juni kl. 19.00 og avslutter søndag 9. juni kl. 17.00.

Programmet vil by på instruksjon i skyteteknikk, utstyrslære og vi vil bruke video. Vi vil også ha mye hygge-samvær, og på søndag avslutter vi med en konkurranse.

Vi skal bo på en skole, så du må ta med deg sovepose ved siden av skyteutstyret ditt. I tillegg bør du ta med regntøy, toalettsaker og det du trenger av tøy for flere værtypor.

Prisen blir ca. kr. 150 - 200 avhengig av antall deltakere. Inkludert i prisen er overnatting, 3 varme måltider og brødmatt for alle dager.

Hovedinstruktør: Håkon Hasselgård.

Vedrørende opplysninger om reisemåte vil vi komme tilbake til når deltakerne er påmeldt.

Påmelding senest innen 1. juni til:

Kjell Bøe, Moveien 65, 3220 Haukerød

Skulle det være noen som ønsker nærmere opplysninger, kan dere også ringe Turid Hasselgård, tlf.: 034-25327 (P).

# ESPEN OTNEM

## lurte favorittene og vant NM og idrettspris



(SAKSET FRA  
FREDRIKSTAD BLAD)

Espen Otnem med trofeene som har fulgt med hans senior-NM: GULL, POKAL og FREDRIKSTAD BLADS IDRETTSPRIS (samt sjekk på 1000 kroner).

# En inspirasjon

At det ble en bueskytter som stakk avsted med Fredrikstad Blad's idrettspris for mars måned var både hyggelig og fortjent. Espen Otnem er tross sin unge alder, 24 år, en veteran, idet han har vunnet NM-titler fra han var guttunge, både i junior og senior. Bueskytterne i Fredrikstad har gjennom en årrekke vært landets ledende. Akkurat nå trengte nok foreningen et lite puff, og kanskje Espen Otnems mesterskap og idrettspris kan være en inspirasjon for dem som holder på, og for rekrutter som det er stort behov for.

Det var flere kandidater til idrettsprisen i mars måned, riktig god konkurranse med NM i styrkeløft, NM-sølv i bryting og bra judo-innsats av flere. Espen Otnem slo helt uventet klare favoritter og vant med et bra resultat sitt andre individuelle senior-NM.

FB-sporten gratulerer med prisen, og sjekken på 1000 kroner kommer sikkert også godt med i en idrett som ikke har mye å rutte med økonomisk sett.

Elverum Bueskytterklubb er for tiden den eneste aktive bueskytterklubben i Hedmark, og to ganger i uka møtes en hard kjerne på omkring ti skyttere til trening i snekkerbedriften til Peder Wolla. Lengre tids frustrasjon over til dels svake skyteresultater gjorde at vi i vinter kontaktet forbundet om å få noe hjelp av den nyansatte landslagstrener Håkon Hasselgård i håp om å komme ut av bakevja. Vi fikk positivt svar, og lørdag 9. mars var det klart for treningssamling i Elverum.

La det bli sagt med en gang, det ble en inspirerende samling. Klubben består av skyttere med forskjellig erfaringsbakgrunn - fra de som har tjue års erfaring til nybegynnere som knapt har året bak buen - og alle hadde utbytte av Håkons besøk. Selv er jeg en novise i bueskytter-sporens edle kunst, og det slår meg mer og mer hvor utslagsgivende de små detaljer er i denne sporten, men Håkon har med sine kunnskaper et fint øye nettopp for disse detaljene.

Samlingen denne lørdag 9. mars startet kl. 10.00, og med små avbrudd fortsatte treninga til ved firetida på ettermiddagen.

Ingen hadde vel ennå spesielt lyst til å slutte, men seks timers konsentrert arbeid krever jo sitt.

Håkon Hasselgård startet samlingen med en enkel, men effektiv oppvarming - en treningsdel som ofte blir neglisjert, og resten av tida ble brukt til skyteteknisk trening med både felles og individuell feilretning og tilpasning.

Ved samlingens slutt fikk hver skytter et «vurderingsskjema» hvor positive detaljer var understreket, og med råd om hva den enkelte burde arbeide videre med - en verdifull detalj.

Vi vil gi honnør til Håkon for den måten han ledet samlingen på. Psykologisk innsikt parret med gode faglige kunnskaper gjorde et solid inntrykk på oss, og vår innsikt i bueskyttersporten er øket etter denne samlingen - en innsikt som er oss til hjelp i bestrebelsene på å få flere piler i gult område på skiva. Nå gleder vi oss til å begynne å skyte ute, og vil selvfølgelig også få med oss noen stevner.

Men vi har mye mer å lære - så velkommen tilbake til Elverum, Håkon!

Ragnar Steen.

```

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
X   Mindre bueskytterkoffert ønskes kjøpt   X
X   av nybegynner.                             X
X                                           X
X           Hilde Hammer,                       X
X           Tlf. 02/753668                       X
X                                           X
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
    
```

Mange bruker den første halvparten av sitt liv på å gjøre den siste halvparten riktig bedrovelig. N. N.



Til forbundsstyret

**HVORDAN VÅGER DERE**  
- å sette kvinneidretten tilbake til førkrignivå? Dere er søren ikke skvetne, 4 + 1 reserve uttatt til prosjekt 88, og ikke en eneste jente!!

Det finnes ingen unnskyldning, dette er mannsjåvinisme og gubbevelde satt i system. Er dere ikke klar over at det er nettopp slike antikverte holdninger Skaset og hans nye «idrettsregjering» vil til livs? Ja, det må vel være holdningene det er noe galt med? For dere vil vel ikke påstå at bueskytter-Norge ikke har én eneste jente det er bryet verdt å satse på?

Har dere i det hele tatt satt dere inn i målsetting og retningsgivende uttakskriterier for prosjekt 88?

Jeg tillater meg for ordens skyld å referere noen av punktene.

Punkt i målsettingen:  
- Norsk toppidrett skal legges opp på en sosial og samfunnsmessig forsvarlig måte så at en overfor samfunnet og utøvernes miljø får aksept for ambisiøs elitesatsing og den livsstil dette medfører.

Jeg vet at idrettsforbundets bevisste kansellistil ofte er vanskelig å tolke (hvilket også er meningen av hensyn til kverulanter), ordene «sosial», «samfunnsmessig forsvarlig» og «utøvernes miljø» er imidlertid ikke til å forstå.

Uttakskriteriene er for individuelle utøvere delt inn i 2 grupper:

- Gruppe 1 består av utøvere som har dokumentert sin plass i verdenseliten ved å ha oppnådd medalje i OL/VM/EM eller i tilsvarende konkurranser å ha oppnådd resultater som muliggjør slike plassering-

er i løpet av kommende sesong. Utøverne må erklære seg villig til minst to års satsing.

- Gruppe 2 består av utøvere som gjennom resultater og utvikling har dokumentert muligheten for å komme inn i gruppe 1 i løpet av 1. evnt. 2 år. I denne gruppen inngår dessuten de utøvere som gjennom resultater, utvikling, vilje og ambisjoner har dokumentert et utvilsomt talent, og som har stor mulighet for å nå internasjonalt elitenivå (gruppe 1) i løpet av 3-4 år.

Tør dere stå fram å fortelle våre kvinnelige skyttere at, «dessverre jenter, blant dere finnes hverken ambisjoner eller talent»!?

**Dette**, mine herrer, lukter ikke bare svidd, det lukter steinalder og gamle gubber.

Med hilsen Lars Nilsen.

Et utfyllende svar på dette spørsmål vil bli presentert i juni-nummeret. Red.



BUESKYTING - I ALLE ALDRE.



Hva venter oss i 1985?  
=====

Som et apropos til denne VM-sesongen, la oss se litt på hva som skjedde i verden i 1984.

Nedenfor følger en artikkel sakset fra bladet "Bueskydning", samt noen resultater fra Sveits og Finland.

MBW

## Det fjerne Østen 1984 - 85 - 86 & 88

Indtil for få år siden hørte vi ikke meget fra den del af verdenen, som kaldes det fjerne Østen, når der taltes om bueskydning.

Der er imidlertid sket en kolossal udvikling, hvilket vi har kunnet observere bl.a. ved de Olympiske Lege i Los Angeles. På min netop afsluttende rejse til Syd Korea - Taiwan og Hong Kong, hvor jeg kørte 2 seminarer for Internationale dommere, havde jeg også lejlighed til at overvære de nationale mesterskaber i Syd Korea.

For at deltage i mesterskaberne, skulle damerne kvalificere sig med et resultat på minimum 1240 point!!! Havde det været i Danmark, var der ikke blevet mange deltagere, men i Korea: Ikke mindre end 63 damer havde kvalificeret sig! Desværre er

### THE KOREAN OLYMPIC MASCOT



© 1983 SLOOC All rights reserved

### THE EMBLEM OF THE XXIV OLYMPIAD



© 1983 SLOOC All rights reserved

resultatlisten kun forsynet med navnene skrevet med koreanske »bogstaver«, men det er iøvrigt en EDB liste, så resultaterne kan jeg da fortælle noget om: Fra nr. 1 - og fremad blev de: 1309 - 1300 - 1299 - 1298 - 1291 - 1287 - 1285 - 1285 - 1284 - 1284 - 1281 - 1279 - 1275 - 1275 - 1272 - 1271 - 1268 - 1268 - 1267.

Det var de første 20 damer. Herudover var resultaterne:

Nr. 21 til nr. 31 skød imellem 1262 - 1251.  
Nr. 32 til nr. 42 skød imellem 1248 - 1242.  
Nr. 42 til nr. 52 skød imellem 1238 - 1205.  
Nr. 53 til nr. 60 skød imellem 1197 - 1163.

De nævnte resultater forstærkes efter min mening af den kendsgerning, at hverken den Olympiske mester eller den tidligere verdensmester deltog. Begge havde skader.

På mændenes side var resultaterne noget lavere, men alligevel ganske acceptable. Fra nr. 1 og fremad skød de:

1277 - 1272 - 1265 - 1265 - 1259 - 1258 - 1256 - 1253 - 1253 - 1250 - 1250 - 1249 - 1247 - 1245 - 1245 - 1241 - 1239 - 1239 - 1239 - 1237.

Således de første 20 herrer. Herudover var resultaterne:

Nr. 21 til nr. 31 skød imellem 1236 - 1230.  
Nr. 31 til nr. 43 skød imellem 1229 - 1200.  
Nr. 44 til nr. 51 skød imellem 1198 - 1183.

Jeg tvivler på, at noget andet land inden for FITA har en bedre bredde.

Mesterskaberne blev afviklet i Seoul, Korea, som skal stå for VM i 1985 - Asian Games i 1986 og de Olympiske Lege i 1988.

Forberedelserne er i fuld gang, og jeg havde således lejlighed til at bese stedet, hvor bueskydning skal afvikles. Der venter deltagerne store oplevelser i Seoul.

Knud Hammer Andresen

### Jahresmeisterschaft FITA 1984

Die fünf besten Resultate, geschossen bei FITA-Turnieren, zählen für diese Wertung

							Total	Durchschnitt
<b>Damen</b>								
1. Hess Ursula	Luzern	1274	1263	1263	1256	1246	6302	1260,4
2. Burger Vreny	BV Bern	1265	1258	1254	1247	1245	6269	1253,8
3. Tschanz Lotti	BV Bern	1224	1219	1213	1209	1202	6067	1213,4
4. Hitz Beatrice	AC Genf	1193	1157	1155	1150	1144	5799	1159,8
5. Graber Priska	Bremgarten	1167	1167	1119	1062	1062	5577	1115,4
6. Hirschi Anita	BV Bern	1172	1157	1128	1067	1041	5565	1113,0
7. Lauria Rita	Juventas	1188	1144	1119	1118	-	4569	1142,25
8. Hügi Zita	Biel	1170	1153	1123	1112	-	4558	1139,5
9. Turrian Karmelina	Lausanne	1034	1016	1002	979	-	4031	1007,75
10. Gautschi Nadia	Biel	1135	1113	1065	-	-	3247	1104,33
<b>Herren</b>								
1. Hardmeier Thomas	Dübendorf	1250	1246	1239	1233	1230	6198	1239,6
2. Schönberg Manfred	Luzern	1220	1213	1212	1207	1207	6059	1211,8
3. Frigo Romeo	Dübendorf	1216	1210	1191	1187	1177	5981	1196,2
4. Grandchamp Michel	Lausanne	1238	1170	1168	1168	1136	5880	1176,0
5. Jopp Patrick	CdA Genève	1209	1156	1140	1134	1084	5723	1144,6
6. Furrer Werner	Zürich 11	1159	1148	1148	1117	1110	5682	1136,4
7. Stadler Peter	Luzern	1167	1155	1128	1121	1102	5673	1134,6
8. Novello Gianni	Lausanne	1165	1154	1151	1104	1068	5642	1128,4
9. Moser Marcel	Lausanne	1170	1151	1122	1082	1081	5606	1121,2
10. Clerc Charles	Erguel	1133	1124	1120	1100	1098	5575	1115,0

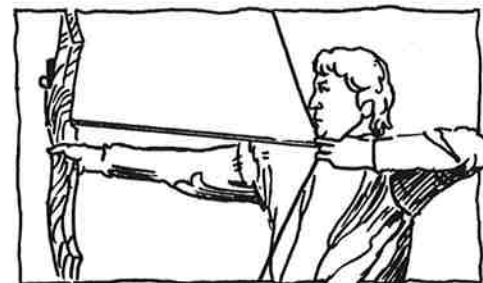
## TILASTOT 1984

### Naiset

1. Ulla Rantala, Kiila	1316 p.
2. Päivi Meriluoto, Arcus	1266 p.
3. Sirkka Karinkanta, OJ	1255 p.
4. Aino Mäkelä, PJA	1233 p.
5. Riitta Peltonen, TJA	1222 p.
6. Eila Klemola, TJA	1216 p.

### Miehet

1. Tomi Poikolainen, Amarco	1298 p.
2. Kyösti Laasonen, PJA	1296 p.
3. Markku Syrjälä, TJA	1267 p.
4. Pentti Vikström, Sulka	1258 p.
5. Kari Mikkola, TOJA	1248 p.
6. Heikki Lautaoja, OJ	1243 p.
7. Mika Savola, Arcus	1240 p.
8. Olavi Laurila, Diana	1226 p.





## IDÉ - SPALTE



### FJÆRENDE GREP:

Hei Ole Grindvik.

Jeg viser til din artikkel i Buestikka nr. 2 1985, vedrørende ovennevnte. Jeg har også i flere år arbeidet med samme idé, og diskutert utkastet (nærmest tro kopi av din løsning!) med andre toppskyttere. Forslaget ble også for noen år siden forelagt en bufabrikant til analyse.

I mitt arbeid på å lage en prototyp har jeg støtt på de samme vanskeligheter som du har. Jeg har heller ikke funnet fram til fjærleverandører som har kunnet levere fjær med ønsket hurtighet/spenst. Sist høst fikk jeg noen tallerkenfjærer til testing, som muligens kan være brukbare.

Mitt konsept går ut på at fjærenes styrke skal tilpasses skytterens buvekkt ved fullt drag. F.eks. skal en skytter som effektivt drar 40 lbs. ha et grep som trykker fjærene sammen når 40 lbs. kraft er oppnådd (fullt drag).

Teoretisk vil man på denne måten øke buens effekt (nesten til det dobbelte med raske nok fjær?), samtidig som drømmen om det perfekte skudd vil kunne gå i oppfyllelse for hver pil?

I bueskyting er teori og praksis som oftest to forskjellige ting, så før mer erfaringsmateriale foreligger er det vanskelig å forutsi grepets framtid. Hva med f. eks. buens stabilitet? Uansett, jeg har fortsatt tro på trykk-grepet!

Hilsen

Johannes Akkerhaugen

Til Ole Grindvik:

Positivt med skyttere som tør prøve noe nytt, og som tør fortelle om det. Oppfinnelsen som du beskrev i Marsnummeret er interessant, men jeg er i tvil om den virkelig gir noen reell «styring» av skuddet slik du mener å ha konstatert. Funksjonen avhenger av mange ting, spesielt oppførselen til fjærsystemet og håndtaksseksjonens masse. Hvis håndtaket rekker å bevege seg forover (hvis jeg, bak på buen er den siden som vender fra skytteren mot blinken slik at forover egentlig er bakover, se utstyrs-lære 1, fig. 1) mot blinken før pilen forlater strengen, kan konstruksjonen ha visse fordeler. For å vite om dette er tilfelle, må du bruke video el. lign. Personlig tviler jeg på om det skjer fordi håndtaket vanligvis er tungt i forhold til resten av den bevegelige masse. Hvis som sagt dette skjer, så vil du kunne bruke kortere piler fordi pilhylla er nærmere skytteren ved fullt drag enn ved slutten av kastet, og dette gir en hastighetsgevinst på samme måte som ved «over-draw»-hylle, dvs. pilhylla som er montert nærmere skytteren enn grepets punkt, se reglens pkt. 504 C om skytterutstyr. Hvis systemets fjærbevegelse før pilen er fri er ubetydelig, vil ikke pileflukten påvirkes, og evt. fordeler er rent psykiske, eller skyldes andre forandringer som er oppstått p.g. av øket masse i håndtaket, ny trimming etc. Men ikke mist motet for det. Får du flere poeng, så betyr det lite om ikke jeg skjønner grunnen, og psykiske fordeler har ganske stor betydning i bueskyting.

Mht. lovligheten vil FITA ikke tillate systemet hvis det bidrar til buens kast av pilen eller pil-hylla havner mer enn 4 cm bak grepets dypeste punkt ved fullt drag. Selve håndtaksutformingen er jeg i tvil om reglene forbyr, men her får vi kanskje et synspunkt for lovkomiteen? Hvorfor ikke ta med utstyret på et stevne og se hva som skjer, men husk at det er en psykisk belastning å skyte under protest.....

Peik Borud.

# SKANDINAVISK BUREAU A.S



3812 AKKERHAUGEN - NORWAY

Telefon:  
☎ 036-66 315 Int.: ☎ +47 36 66 315

Den norske Creditbank - Bankgiro 7047 05 06103 Postgiro 2 04 2802



## TD-01 STANDARD

• 66 • 68

Mg. TAKE-DOWN BOW

## WGM.T

• 66 • 68



The most economic take-down model both for beginners and hobby archers, it offers shooting pleasure with very comfortable grip.

STANDARD TD-01

PRIS KUN KR. 695,-

Inkl. streng og hylle

AMO Length : 66", 68"  
Draw Weight : 15-35 Lbs  
Draw Length : 28" Standard  
Handle : Laminated wood handle  
Limb : Gordon plastics F.R.P.  
String Height : 8 1/2"-9"  
Stabilizer Inserts : Center 5/16" other 1/4", 6mm (please specify)  
Remarks : Left handle available.



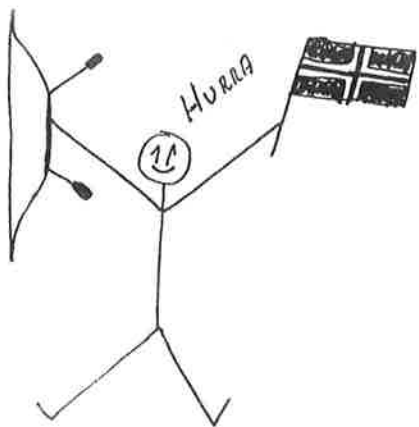
WGM.T

KUN KR.1060,-

Inkl.streng og hylle !

### HANDLE SECTION

MAGNESIUM DIE-CAST  
AMO Length : 66", 68"  
Draw Length : 28"  
Draw Weight : 20-45 lbs  
String Height : 8 1/2" 9"  
Handle : Magnesium Die Casting  
Limbs : Imported FRP from Gordon plastic Inc, U.S.A.  
Stabilizer Insert : Center 5 / 16", other 1/4", 6mm (please specify)  
Remarks : Only right handles are available.



# 10 ÅR SOM KRETS

Oslo  
Bueskytterkrets  
1975-1985

## JUBILEUMS ≈ KONKURRANSE

På årsmøtet i Oslo Distriktsutvalg den 13. oktober 1975 ble det enstemmig vedtatt å omorganisere utvalget til OSLO BUESKYTTERKRETS.

Kretsen har nå eksistert i 10 år og er en av landets største med sine 12 klubber. Til tross for størrelse og alder har kretsen aldri hatt noe skikkelig "letter-head", noe vi med denne konkurransen vil forsøke å rette på.

Oppgaven går ganske enkelt ut på å tegne/konstruere et passende emblem til bruk på Oslo Bueskytterkrets' brevpapir og konvolutter. Det er fritt fram for alle potensielle kunstnere, ingen restriksjoner eller retningslinjer.

Premie? Tja, en bok kanskje?, eller forbundets nye lærbelte? Vi blir sikkert enige, tidsfristen er i hvertfall 1. august.

Send ditt forslag til :

OSLO BUESKYTTERKRETS  
Grevlingåsen 17, 1347 HOSLE

Lars Nilsen

# OSLO RYTA

Aktivitetslederkurs 20.-21. april.

Når man har vært på kurs, er det vanlig å skrive litt i Buestikka. Blant de 12 deltakerne ble jeg plukket ut som frivillig. Kursledere på vårt A-kurs var Eva Hammer, Karl Breng og Peik Borud.

Første dag:

Etter en rask innledning av Eva, fikk deltakerne presentere seg én etter én og fortelle om sine forventninger til kurset. Det var stor enighet - alle ville utvikle seg som skyttere.

Karl var først ute som foreleser. På programmet sto idrett og organisasjon/NBF's organisasjon og virke. Tungt stoff, men viktig å vite endel om. Når det gjaldt lover og regler, trakk foreleseren fram de mest vesentlige punktene og prøvde å motivere deltakerne til selvstudium. Stikkprøver viste at man var kjent med endel av stoffet.

Så tok Eva over føringen. Emnet var skyteteknikk (teori). Her trodde vel de fleste at de hadde bra peiling, men etter hvert som Eva gikk gjennom detaljene, dukket det nok opp enkelte glemte punkter. Iveren etter å prøve teori i praksis økte, og etter en deilig lunsj, sto det praktiske på programmet. Hele gjengen toget ned i varmgarasjen som skulle nyttes til formålet. Buene var raskt framme. Da kom overraskelse nr. én: "Alle må varme opp før buene spennes opp" lød den strenge og klare stemmen til Eva. Etter en rask forklaring skjønte alle at det var fornuft i det som ble sagt (- igjen). Etterhvert som skytingen kom igang og stilene ble nøye kontrollert og korrigert, kom overraskelse nr. to for noen: for korte piler! (Draglengdene økte etter korrigerings). Før tiden var ute for denne leksjonen, hadde de fleste fått sin stil forandret på en eller annen måte.

Utstyrlære var det selvfølgelig Peik som skulle forelese i. Denne gangen pratet han i klar-språk (jfr. "Rask og stabil" i Buestikka). Det meste av det som ble sagt gikk nok inn hos de fleste, og interessen økte da han kom til kapitlet "Valg av piler".

På slutten av første dag var det avsatt tid til oppsummering og spørsmål. Her ble det fremlagt såpass vriene spørsmål at foreleserne fikk hjemmelekse.

Andre dag:

Peik startet dagen med utstyrlære, praktiske øvelser. Han stilte all slags reparasjonsutstyr til disposisjon, og alle fikk prøve seg på pilkutting, fjæring, pilretting osv.

forts.