

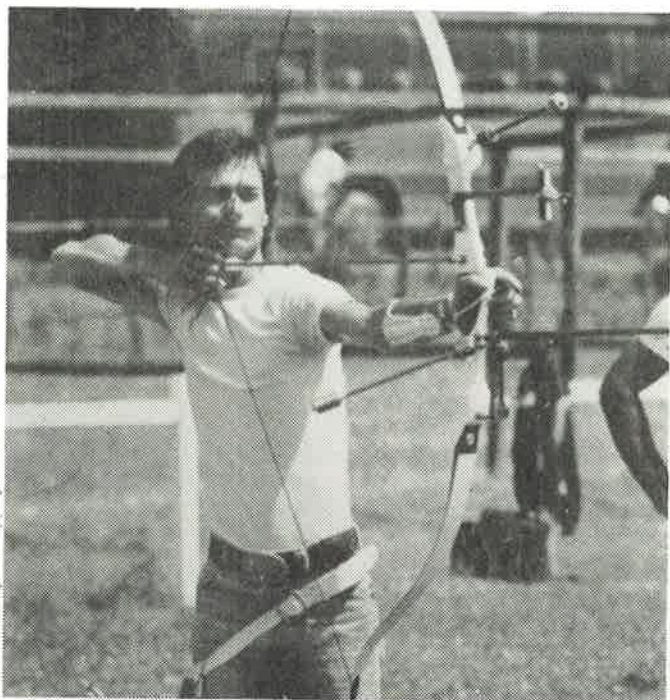
Buestikka

MELDINGSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

11. årg.

Nr. 5.

Juni 1985.



Olympiamester Darrel Pace, U.S.A.
Tar vi innpå i år?

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.

Annonsestøtter: 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)

Innholds- fortegnelse

Redaktøren	s. 2
Opplysninger fra NBF	s. 3
Hasselgård: Rytme	s. 5
Miljøtiltak i klubben?	s. 6
Anleggssituasjonen i landet	s. 8
Viktig melding fra Ingjerd	s. 10
Rask og stabil- del 14	s. 12
Siste!!	s. 13
Spørrespalten	s. 14
Idé- spalte	s. 16
Kjæpphesten	s. 17
Stevneannonser (NM m.v.)	s. 18
- div. annonsering	



REDAKTØREN

Buestikkas redaksjon tar nå ferie, idet neste utgave først kommer i august.

I dette nummeret av bladet skulle vi egentlig hatt et innlegg fra juniorleir i Sogn og Fjordane, samt en reportasje fra de første utendørsstevnene - der spesielt stevnet på Lillestrøm den 16. mai ga mange fine resultater.

Imidlertid har jeg ikke mottatt noe stoff - så derfor.....

Forøvrig bør stevnearrangørene kunne lage en liten reportasje til bladet - det skal ikke mye til - og det bør sendes inn rett etter stevnet. (Enkelte er flinke til dette).

Jeg prøver også å finne stevneresultater i avisene (basert på NTB-meldinger) som regel uten å lykkes. Jeg har en mistanke om at NTB ikke mottar resultater - til tross for at dette er en PLIKT som påhviler arrangørene.

Som sagt, det er blitt mange fine resultater i mai mnd., og NBF's prestasjonsstipend «fyker ut». Dette tyder på en gledelig nivåheving - men det er fortsatt et stykke fram. **STÅ PÅ!!!**



OPPLYSNINGER FRA N.B.F.

TIPPELAG I NBF-REGI

Forbundsstyret har besluttet å danne et tippelag for klubber og enkeltmedlemmer innen forbundet - for på denne måte å skaffe ekstra-inntekter til vår idrettslige aktivitet. Eventuell gevinst vil dessuten kunne bedre økonomien til både klubber og medlemmer.

I korte trekk går opplegget ut på følgende:

- Salg av 200 andelsbrev á kr. 100,-.
- Halvparten av kapitalen vil bli satset på et fast tippesystem over 10 uker.
- Eventuelle gevinster inntil kr. 50.000,- i løpet av perioden vil i sin helhet tilfalle andelseierne. Ved gevinster utover kr. 50.000,- vil 25% tilfalle NBF og 75% tilfalle andelseierne.
- Tippingen starter fra og med uke 40 (oktober).

Nærmere detaljer vil komme i Buestikka nr. 6 (august) og i Forbunds-melding. La det bare være nevnt at andelsbrevene vil bli solgt etter prinsippet "først til mølla får først malt".

SCOREKORT

Dessverre er nok en norsk rekord gått tapt fordi scorekortene ikke kan skaffes tilveie.

Også enkelte merkekrav har gjennom årene gått tapt av samme årsak.

Nå kan det hevdes at skytterne har et eget ansvar i og med at de etter et stevne sitter på en scorekort-kopi. Likevel gagnar det ikke interessen for vår idrett at krav om rekorder og ferdighetsmerker må avvises.

I denne sammenheng anbefaler nå Forbundsstyret alle stevnearrangører å lagre scorekortene inntil ett år etter stevnet.

Forøvrig vil et tilsvarende forslag bli fremmet for Tinget -86.



T-TRØYER

NBF har fortsatt endel hvite T-trøyer med bueskyttermotiv på lager - kr. 35,- pr. stk.

T-trøyene finnes i følgende størrelser:

12-14 år, small (liten), medium, large (stor) og Ex. large (ekstra stor).

T-trøyene sendes pr. postoppkrav, - og det burde derfor være en brukbar idé å gå sammen om bestilling innen klubben.

NBF-NÅL

Det synes å være lite kjent at NBF-nålen er en vanlig salgsartikkel - kr. 15,- pr. stk.

Nålen er etter vår mening meget elegant og kan med fordel pynte opp ved også andre anledninger enn bueskyting.



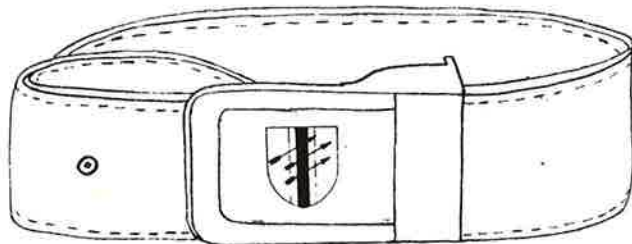
FILMKAMERA

Den som er spesielt interessert i film og filming, kan nå få kjøpt NBF's filmkamera rimelig.

Kameraet er et Beaulieu 4008 ZM4 (opp til 80 bilder i sekundet), som er meget lite brukt.

Prisen fastsettes etter avtale. Noe tilleggsutstyr foreligger.

BELTER



Vi har fortsatt noen få eksklusive lærbelter (vendbart sort/burgunder) i m/gylden spenne og NBF's merke igjen - kr. 125,00



Rytme

Av Håkon Hasselgård.



Overskriften henspiller ikke på musikk og dans, men på den rytme som bør finnes i gjennomføringen av et skudd.

Det rytmiske momentet blir ofte oversett når vi snakker om skyteteknikk. Det snakkes om buearm, ankring, fullføring osv., alt sammen detaljer som bør spesialtrenes. Men, ved siden av den nødvendige spesialtreningen må også den tekniske utførelsen av skuddet trenes som en helhet, og her er det at rytmen kommer inn som en meget vesentlig faktor.

Jeg våger den påstand at mange bueskyttere ikke er klar over den avgjørende betydning det rytmiske har for deres poengsum.

Hva menes med rytme i skytingen?

Med rytme i skytingen menes at hvert sjekkpunkt (nøkkel) i teknikken etterfølges av den neste etter et fast mønster og danner en kjede av momenter som mykt følger hverandre etter en fast plan.

I praksis opplever vi det på linjen som likformig, myk skyting på pil etter pil. Det hele virket lett og uanstrengt.

Rytme betinger klare styringsimpulser (nøkler) i hodet, konsentrasjon, samt møt til å la innøvd automatikk få arbeide når blink og poengjakt prøver å lure deg til å være forsiktig.

Blink og poeng kan nemlig være fiender av rytmisk skyting. Du har vel hørt dem hviske: «forsiktig nå, er du virkelig midt i det gule? - ikke for fort - nå må du ikke bomme» osv.

Ikke lån dem øret. Vis deg modig og tøff og følg din innlærte rytme.

Vi kan ikke i en artikkel om rytme komme utenom spørsmålet: Hvor rask skal rytmen være? Med andre ord, Swing eller Slowfox?

Her får vi bruke sunn fornuft og ta med i betraktningen at vi mennesker er forskjel-

lige og har ulik grunnrytme nedlagt i oss. Noen er kvikke, andre liker å bruke noe mer tid på ting. Vi skal ikke presse oss utover våre naturlige rammebetingelser.

Når det er sagt, vil jeg henlede oppmerksomheten mot fordelene med rask skyte-rytme. En av fordelene er at vi blir mindre fysisk slitne, å stå lenge i fullt drag pil etter pil og «stampe» forbruker mye energi. Og kanskje viktigst, uønskete tanker og følelser får langt mindre anledning til å slippe inn i «kommando-senteret». Det blir lettere å beholde klare styringsbilder og ikke ta inn forstyrrende tanker eller inntrykk utenfra.

I tillegg kan vi ta med virkningene på vårt eget psyke. Å stå og stampe og ikke klare og få skuddet avgårde, gjør oss usikre og negative, følelser som er totalt uforenelige med ønsket om toppskyting. Tør du derimot å la skuddet gå raskt og rytmisk, vil du etter hvert erfare at samlingene blir bedre og bedre, og at skytingen føles lett og uanstrengt.

Det er du som bestemmer, all verdens tekniske detaljer hjelper ikke hvis du ikke tør å slippe deg løs og la teknikken få flyte rytmisk.

Good luck.



Ved flere anledninger påpekes det hvor viktig miljøet er for en klubb og dens aktivitet - nær sagt uten at noen gjør noe med det.

Av og til har jeg gleden av å motta klubbaviser, og nylig mottok vi "Wilhelm-posten" fra Aurskog-Høland BS. I flere sammenhenger framgikk det at nettopp miljøet tas godt vare på, og jeg har tillatt meg å sakse én artikkel:

FESTKOMITÉ for JUNIORE R !

Noe nytt i klubben i år er at vi har fått en festkomité for juniorer. Festkomitéen består av formann Beate Røyset, Ole Kristian Hellebakken, Lars Gulliksen, Hilde Østvold og Line Østvold. Beate er representert i A-H-Bs styre som juniormedlem. Det første festkomiteen fikk i gang var en juniorfest hos Lars Gulliksen den 15. mars. Med 200 kr i støtte fra klubben + 10 kr pr. pers. i inngangspenger ble menyen slik: Meksikansk gryte + pariserloff. Sjokoladepudding + vaniljesaus. Potetgull. 1 pose seigmenn delt på 9 stykker, kaker, brus og til slutt en masse frukt fordi vi er en sånn sunn, frisk ungdom..... Premier kom i tillegg. Mellom all spisingen var det videofilmer, konkurranser med premier, musikk og prating. Det ble ganske sent på kvelden og bildene som ble tatt ble derfor ganske trette.

Til sommeren planlegger juniorene å lage en film om bueskyting. Ellers er grillfest og en bueskytter-weekend for hele klubben i tankene, men først og fremst bueskyting og trening!



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 28 02



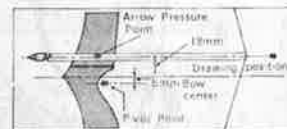
NEW

TD-04

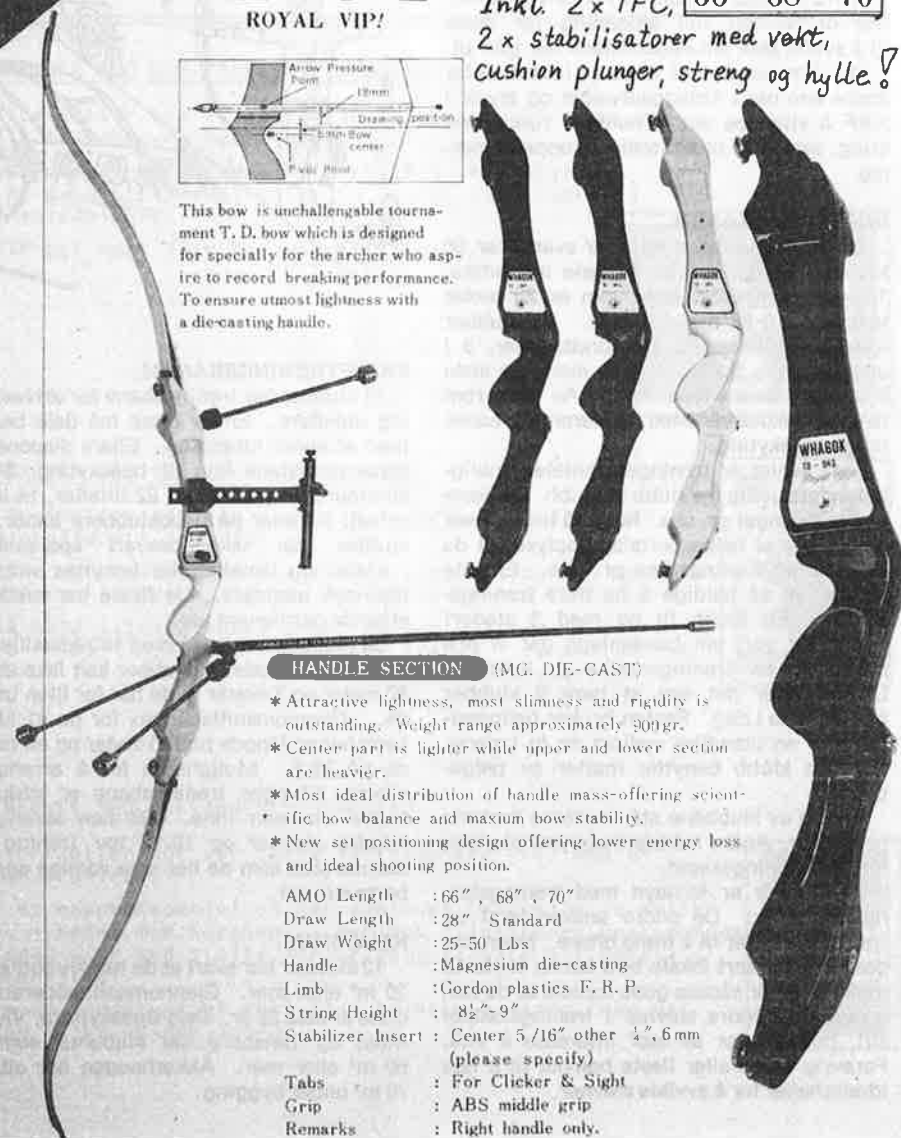
ROYAL VIP!

KR 1780,-

Inkl. 2x TFC, 66 • 68 • 70
2x stabilisatorer med vekt,
cushion plunger, streng og hylle!



This bow is unchallengeable 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 slimness 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", 5mm
(please specify)

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

ANLEGGSSITUASJONEN I LANDET.

For å få greie på hva de forskjellige klubbene har av baneanlegg, sendte vi ut et spørreskjema i fjor høst. 52 klubber har svart. Det tilsvarende 51% av landets klubber. Tar en for seg stevnestarter for disse klubbene, utgjør de hele 87%. Likevel savner vi svar fra enkelte klubber vi vet driver aktivt. Det er fortsatt full anledning for disse til å svare, selv om «tidsfristen» har gått ut.

Da vi mener det vil være av interesse for andre enn oss i Anleggsutvalget og styret i NBF å vite noe om forholdene rundt omkring, sender vi ut en foreløpig oppsummering.

INNENDØRSBANEN.

Av de 52 klubbene som har svart, har 50 klubber muligheter for å trene innendørs. 18 leier gymnastikksaler som er 20 meter lange og 10-12 meter brede. 16 klubber trener i tilfluktsrom, 2 i idrettshaller, 3 i ungdomshus, 5 i kjellerrom, mens de siste 6 trener i andre typer rom. Av slike rom nevnes snekkerverksted, skolerom og baner for geværskyting.

Som ventet er treningsaktiviteten/muligheten forskjellig fra klubb til klubb. De fleste trener 2 ganger pr. uke. Noen få trener hver dag, mens et helsesportslag opplyser at de bare får en treningstime pr. uke. Enkelte klubber er så heldige å ha flere treningssteder. En klubb til og med 3 steder!

I heftet vårt om baneanlegg går vi primært inn for treningsmatter av lameller. Likevel viser det seg at bare 9 klubber bruker slike i dag. Resten bruker halmmatter eller en blanding mellom de to typene. Bare en klubb benytter matter av bølgepapp.

For 13 av klubbene står mattene fremme hele tiden. Andre må bære utstyret på plass for hver treningkveld.

28 klubber er fornøyd med treningsforholdene sine. De andre ønsker først og fremst mulighet til å trene oftere. Noen har dessuten for kort lokale til å kunne skyte 18 meter. 10 har såpass gode forhold at de kan arrangere mindre stevner i treningslokalet sitt, noe som er av stor interesse å vite. Forøvrig er de aller fleste henvist til å leie idrettshaller for å avvikle stevner.



SKIVETRENNINGSBANEN.

41 klubber har treningsbane for skiveskyting utendørs. En av disse må dele banen med et annet idrettslag. Ellers disponeres disse områdene kun til bueskyting. Stat/kommune er grunneier i 22 tilfeller, 14 leier privat, 2 trener på naboklubbens baner. 3 klubber har ikke besvart spørsmålet.

Halm- og lamellmatter benyttes omtrent like mye utendørs. De fleste har mattene stående permanent ute.

38 klubber har bane med tilfredsstillende lengde og bredde. 3 klubber kan ikke skyte 90 meter og 3 svarer at de har for liten bredde. «Gjennomsnittsbanen» for de 41 klubbene har en lengde på 110 meter og en bredde på 38.5. Muligheten for å arrangere stevner på egen treningsbane er såskillig større ute enn inne. 24 kan arrangere mindre stevner og 10-12 har trening på samme sted som de har sine vanlige approberte stevner.

KLUBBHUS.

12 klubber har svart at de har klubbhus på 20 m² eller mer. Gjennomsnittsalderen på disse er hele 22 år. Oslo Bueskyttere, Vidar, Moss og Tønsberg har klubbhus som er 60 m² eller mer. Akkerhaugen har ett på 70 m² under bygging.

10 andre klubber har enkle skur eller arbeidsbrakker for oppbevaring av materiell. Disse står som oftest i tilknytning til skivetreningsbanen.

JAKT/FELT-TRENNINGSBANEN.

Av besvarelsene ser det ut til at det bare er 9 klubber i landet som har treningsbane i jakt/felt. Av disse ligger 6 i området rundt Oslofjorden, 1 i Hedmark og 2 i Sogn og Fjordane.

Alle klubbene benytter lamellmatter. Antall mål varierer fra 6 - 30. Gjennomsnittet ligger på 19. Alle de 9 klubbene sa seg fornøyd med banen sin. Vi synes det er en overdreven beskjedenhet når kun 3 andre klubber forteller at de ønsker treningsbane i jakt/felt. Dere vet ikke hva dere går glipp av!!!

Anleggsutvalget.
Karl Breng.

FRIMERKER MED BUE-/BUESKYTTERMOTIV

Vi fortsetter her vår serie av frimerker (15) med et motiv fra moderne bueskyting.

Luxembourg arrangerte i 1978 et EM i skiveskyting - og da er det selvsagt naturlig å utgi et frimerke i den anledning.

Ville det vært like naturlig i Norge ?



FRIMERKER MED BUE-/BUESKYTTERMOTIV

Vi fortsetter her vår serie av frimerker (16) med en nasjonalidrett fra Bhutan.

Bhutan er et land med lange tradisjoner i denne idretten, men først ganske nylig ble landet medlem av FITA.

I så måte satser landet stort og har allerede i flere år hatt en heltidsansatt amerikansk trener. Landet deltok i OL-84 i én idrett - bueskyting (en folkesport).



FRIMERKER MED BUE-/BUESKYTTERMOTIV

Vi fortsetter her vår serie av frimerker (17) med et motiv fra Iran.

Det er neppe Khomeini vi ser avbildet (han slår jo heller folk i hodet med Koranen). Derimot illustrerer vedkommende en tradisjon med stolte linjer helt tilbake til Persia's storhetstid.

Selv om landet er på full fart tilbake i tiden, når det neppe slike høyder igjen.



V I K T I G M E L D I N G

Ingjerd kaller

Hvorfor viktig?

Jeg trenger hele bueskytter-Norge

Til hva?

Komme igang med "skole" for bueskyttere

For alle som ikke kjenner meg:

Navn:	Ingjerd Øvretveit
Alder og kjønn:	Født i Tana i Finnmark 5.6. 1937, female
Sivil stand:	Gift med Asbjørn
Barn:	Grace og Sivert - begge er voksne
Yrke:	I min ungdom radiotelegrafist, etter fylte 23 år: mor på heltid
Hobby:	Bueskyting og maling
Klubb:	Drammen Bueskyttere, lystskytter og Trener C. Varamann i NBF. Etter arbeidsfordelingen i Forbundsstyret skal jeg ta meg av Trim/rekruttering.
Adresse:	Milorgveien 60, 3000 Drammen. Hvis du har noe på hjertet om trim/rekruttering, så skriv eller ring (tlf.P.: 03-817762).

Idéen med bueskytterskole har jeg fra Sverige. På kretsformannsmøtet i våres orienterte Sveriges landslagstrener om styring i organisasjonen - kort sagt om hva og hvordan i bueskytter-Sverige og hvordan det fungerte.

Der ble min interesse for bueskytterskole vakt, og den slapp meg ikke. Har vi noe å hente her? De hadde bare positivt å si etter to års prøving. Etter å ha tenkt fram og tilbake og fram igjen, ga jeg meg selv klarsignal. Dette tar du opp på neste møte i Forbundsstyret og lodder stemningen.

At jeg skulle få klarsignal med en vennlig "dult" i ryggen og "sett igang", var noe jeg bare hadde tort håpe på. Hvordan klare den oppgaven, Ingjerd? Hjelp. Tidlig lærte jeg at greier du deg ikke med egen hjelp, da skulle jeg ikke være redd for å be om hjelp. Momentant kastet jeg meg over Morten, utdanningskonsulenten vår, og etter et par timer, var avtale med Håkon gjort. Jeg så det som viktig å komme raskt igang. Var vi effektive, hadde vi kanskje noe å tilby alt til høsten.

Hvorfor bueskytterskole?

Først og fremst: Klubbene må ha et tilbud til de som begynner - rekruttene - et tilbud som strekker seg over tid. Jeg hadde tenkt over tre semestre. Da får skytteren et tilbud som følger hans utvikling. (Det er ikke gjort på en dag å bli bueskytter; det vet vi som har forsøkt).

Bueskytterskolen burde kunne hente sitt stoff fra Eid IL's "Kurs for Nybyrjarar", samt fra trenerkursene. NBF har mengder av fagstoff. Det er bare å få det ut f.eks. i bueskytterskole trinn I, II, III.

Dessuten skal "skolen" koste noe!

Vi vil ha et første trinn ferdig til høstsemesteret.

Som deres skjønner, har vi begynt å sale hesten, men skal hjulene gå rundt, trenger vi hjelp fra dere alle. Alle må være villige til å være med å dra.

Derfor: Har du en idé å komme med, ta kontakt med NBF eller gjerne meg.

Gjennom bueskytterskolen håper jeg på en fast styring i klubbene, som igjen vil føre til større effektivitet og til beste for de som er klubben - skytterne selv - fra klubbens stjerne til kaffekokeren.

Som motto for den menneskelige side i klubbene håper jeg på

ALLE FOR ALLE.

Ingjerd

Månedens "tips".

Hvordan øke aktiviteten i klubbene?

Har dere forsøkt med approberte kveldsstevner? Noen har gjort det - resultatene er positive.

Prøv dere også.

Det kan være et forsøk verd.

Idéen er ikke min. Den har jeg plukket opp. Sitter du inne med noe du har "hørt" - positivt eller negativt - : Kom fram med det. Om din idé er av interesse eller har betydning, kan du overlate til andre å avgjøre.

Informasjon er viktig.

Hilsen Ingjerd

salg

Day Ryong, DR - 24 lbs. kompl. m/sikte og V-bar.
Kasse og 6 stk. piler 1516 XX75.

Tlf. 047-58114 Ellingsen

Compound-bue

Bear Kodiak Magnum, 37" lengde. Tlf. 02-324063 Hem

MATTI HOPPER SKJEVT, Rask og Stabil del 14.

Når vi ser hopprenn på TV, virker det som alle deltakerne ligger skjevt i lufta. Dette kommer av kamera-vinkelen, men en som jeg mistenker for å være skjev i virkeligheten, er Matti Nykänen.

Han er nesten alltid ute og styrer litt med venstre arm, og jeg mistenker ham for å gjøre det med vilje. Alle mennesker er litt skjeve i kroppen, og de fleste av oss har en god og en dårlig side. Vi liker f. eks. best å svinge til en bestemt side når vi kjører på ski, vi har en foretrukket satsfot når vi hopper med tilløp osv.

Matti «legger seg» derfor antagelig (jeg har ikke spurt ham) til den siden hvor han trives best og føler seg tryggest når han hopper, og for ikke å skjene ut, må han styre litt med «god-hånda». I motsetning til den som prøver å få til et helt snorrett hopp, vet han alltid på forhånd hvilken hånd han skal styre med, og vil også passe på å korrigere så forsiktig at han aldri slår over til motsatt side. Slik oppnår han en stabil flukt som er lett å kontrollere (så sant det jeg mener å ha sett på TV er riktig, ellers får Matti ha meg unskyldt....) i forhold til et svev hvor hopperen vingler fra side til side i forsøk på å fly rett fram.

I langbuens tidsalder måtte pilen passere buens tykkeste del og ble tvunget utenfor sin tiltenkte bane før flukten begynte. At den likevel fløy rett fram var umulig å forklare og ble kalt «The Archer's Paradox».

Idag kan vi lage buer hvor pilen ligger linjert i buens senterlinje før kastet, slik at dette problemet ikke skulle oppstå, men likevel gjør vi det ikke. (I USA er det som mener «Center-shot» er det eneste riktige, og man kommer av og til over artikler om utstyrtrimming som tar utgangspunkt i at trykkpunktet skal justeres slik at pilen ligger i senter før prøveskytingen begynner. Vi tar utgangspunkt i at dette er vranglære og misforstått teori).

Hva er så grunnen til «den Perfekte Trimming» ikke blir anbefalt?

Det kommer selvsagt av at vi er skjeve, og da må utstyret også være skjevt. Når vi slipper strengen, vil det oppstå en sidebevegelse fordi fingrene ikke rettes ut momentant. P.g. av skjev linjering (strengen kan ikke passere gjennom buearmen) blir rekylbevegelsen ved bueskyting skjev og forskyv-

er buen til høyre i det skuddet går. I tillegg vil de fleste ha trykkpunkt mellom hånden og buens grep til venstre for sentrum slik at «sentrert pil» referert til buens lemmer kommer til høyre for det egentlige skytemessige sentrum.

Dette betyr enkelt sagt at en «sentrert pil» vil svinge til høyre og/eller miste all kontakt med buens trykkpunkt eller pileplate.

Vi justerer derfor trykkpunktet slik at det oppstår en **angrepsvinkel** (Utstyrslære 1, fig. 10). Den må være tilstrekkelig til å oppveie de nevnte skjevheter og gi god kontakt med pilen i kastets første del under praktisk skyting. Hvis stilen din er litt ustabil, bør angrepsvinkelen gjøres ganske stor for å ta hensyn til evt. sidesleiv.... Med en slik trimming vil pilen bli trykket noe til venstre i kastet (vi snakker hele tiden om høyreskytter....) og pileskaffet vil bøye seg og bli satt i svingninger som fortsetter til de dør ut et stykke ut i flukten. Ved å bruke et fjærende trykkpunkt (f. eks. Berger-button) overføres noe av sidesjokket til trykkpunktet og pilens bøy blir mindre uten at vi mister kontakten mellom pilen og buen.

I sideretning kan vi således oppnå god kontroll og ren pileflukt ved å innføre en kontrollert skjevhet, omtrent som Matti.

Hva så med høyderetningen? Som de fleste burde vite, gjør vi det **MOTSATTE** i **VERTIKALPLANET!**

Hvorfor det da? Jo, fordi skjevhetene virker motsatt i vertikalplanet. Rekyl-bevegelser presser buen opp mot pilen, og skjevhetene mellom øvre og nedre lem får strengens nockpunkt/pilens bakende til å bevege seg nedover i kastet, slik at pilen blir «vippet» tilværs med spissen opp.

For å motvirke dette, og for å løfte pilen fra hylla før buens oppoverbevegelse (som varierer med skuddets utførelse) påvirker utgangsretningen, flytter vi nockpunktet oppover på strengen så pilen får et «stup» nedover mot pilhylla (se Utstyrslære 1. fig. 6.).

I **PRAKSIS** vil situasjonen i de 2 plan bli forholdsvis lik ved at pilen holder kontakten i den første del av kastet til kursen er etablert, for så å forlate pilehylla og trykkpunktet slik at siste del av kastet ikke påvirkes av buens bevegelser i høyde og sideretning annet enn via strengen.

En nyhet på denne fronten som vi ikke har sett så mye til ennå, men som kanskje kommer, er pilehyller som svinger inn og ned for å gi pilen bedre frigang. Disse aktiveres vanligvis av buens rekylbevegelse via innbygde vekter, og det blir spennende å se hva FITA/NBF har å bemerke mht. regelverket og dette.

I Rask & Stabil var vi egentlig igang med å se på stabilisatorer, så hvorfor alt dette pjattet om trimming? Vitsen er å friske opp grunnlaget for samspillet i buens bevegelser

og pileflukten, fordi det er dette vi prøver å kontrollere med stab'ene. Et effektivt stabilisatorsystem kan i tillegg til å dempe uønskede bevegelser også frembringe og/eller styre de som bidrar til god frigang og stabil skyting. Derfor må vi først vite litt om hvordan vi ønsker at buen skal bevege seg, før vi kan begynne å se på hvordan vi kan styre bevegelsene ved å montere stab' er.

Peik Borud.

Siste!

Lillestrøm 16/5:	Herrer A:	Øystein Bråten, LOB	1256 p.
		Kai Svingen, Moss	1240 p.
		Espen Otnem, Fr.stad	1238 p.
		JR Skyttesøter, LOB	1226 p.
	Damer A:	Vigdis Stigen, LOB	1187 p.
	Herr.jr.:	Pål Teien, Larvik	1160 p.
Akkerhaugen 26/5:	Herrer A:	Øystein Bråten, LOB	1244 p.
		Espen Otnem, Fr.stad	1232 p.
		Dag K. Paulsen, Stav.	1227 p.
		Kai Svingen, Moss	1208 p.
		Henrik Støbell, Bærum	1200 p.
	Damer A:	Vigdis Stigen, LOB	1186 p.
		Wenche Bøe, Sandefjord	1149 p.
	Herrer B:	Arild Svendsen, Porsgr.	1179 p. (jr.)
Oslo 25/5 jakt/felt:	Per H. Wang	skjød 18,3 i snitt på 14+14 mål	

FRIMERKER MED BUE-/BUESKYTTERMOTIV

Vi fortsetter her vår serie av frimerker (18) med et merke fra Sovjet.

Om vi tolker motivet rett, er usikkert - men sikkert er det at solen lyser på kvinnelige bueskyttere fra dette land.

Sovjet har dominert på kvinnesiden i en årrekke - i alle fall der de velger å stille opp. (Hvilket de ikke gjorde i VM-83 og OL-84).





Svar til Lars Nilsen's spørsmål i nr. 4/85 om kvinner og toppidrett innen norsk bueskyting.

Til Lars Nilsen,

Takk for ditt engasjement i denne anledning. Det viser oss hvordan vi har sviktet i vår informasjon om hva som skjer på vår toppidrettssektor.

La oss først rydde litt opp i begrepene. Prosjekt 88 er et organ under Norges Idrettsforbund og Norges Olympiske Komité, og har som mål å skape midler og støtteapparat for toppidrettsutøvere uansett idrett. Du refererer selv til uttakingskriteriene som benyttes for Prosjekt 88, men har nok oversett at det hele tiden er tale om dokumenterte resultater.

Vi har i den sammenheng neppe gjort urett mot noen av våre kvinnelige utøvere. Pr. dato har vi ikke engang fått med vår OL-deltaker, Jan R. Skyttesæter.

På siden av nevnte Prosjekt 88 har vi på egenhånd lagt opp til en større satsing på elitenivå. Dessverre tilsier vår økonomiske evne et meget begrenset antall skyttere innenfor denne spesialsatsingen; 4-5 stk.

I første omgang ble 10 skyttere, herav én kvinne, forespurt om de kunne være interessert i en fire-års satsing - med OL -88 som mål. Disse 10 skyttere var etablert i den nasjonale elite på senior- eller junior-nivå, og alle hadde oppnådd resultater av god internasjonal standard.

Etter samtaler med skytterne, der 3 av dem ikke ønsket å følge opplegget, ble den nåværende elitegruppe tatt ut, og denne består som kjent av vår OL-deltaker Jan R. Skyttesæter og de tre juniorene som bragte vårt junior-nivå opp blant de fremste nasjoner; Dag K. Paulsen, Henrik Stabell og Thor-Wiggo Skille. Det var i UK og Forbundsstyret ingen uenighet om disse fire.

Den femte plassen ønsket man ikke å besette foreløpig, da man ville se utviklingen til de øvrige skytterne i bildet; Øystein Bråthen, Vigdis Stigen og Jon Jystad - eventuelt også Kai Svingen som hadde sagt et foreløpig "nei takk" på grunn av sykdom.

Det hadde vært svært ønskelig om flere kvinner etterhvert kom inn i diskusjonen, men det er i første rekke opp til kvinnene selv å dokumentere ambisjoner og talent.


Arne Kronen

ALT I PREMIER TIL RIMELIGE PRISER

- Medaljer
- Pokaler
- Trofeer
- Spesialmerker
- Rimelig gravering
- Returrett

**PREMIE
SENTERET**

**Teientoppen 2
3270 Nanset
Tlf. (034) 16 938**



IDE - SPALTE

Praktiske tips.

Smeltelim til pilespisser

er nå tilgjengelig i jernvarehandelen i form av "sticks" beregnet til bruk i lim - pistoler. De fleste typer er brukbare, noen smelter ved lavere temperatur og gir en elastisk fuge (sjokkdemping og redusert fare for varmeskader på pileskaftet). Jeg har prøvd forskjellige typer fra bla. Bostik og Bosch. Forhandles normalt i pakninger på 10 - 30 stk. sticks som er noe kortere enn vår kjente "Ferrl - Tite". Prisen er vesentlig lavere enn for sistnevnte.

Bjørn Cement Type F foreligger i en ny type som kan betegnes som et kompromiss mellom den gamle "gummi-aktige" typen og Fletch-Tite, som etter min mening gir en limfuge som er for hard og sprø.

Bjørn Type F "New Formula" gir etter min erfaring den beste fjærmontasjen som er tilgjengelig idag. Resultatet ser også ut til å være mer uavhengig av forarbeid med pussing/rensing av pileskaftet enn med tidligere typer. Limet er også egnet til feste av nocker, samt pile - hyller.

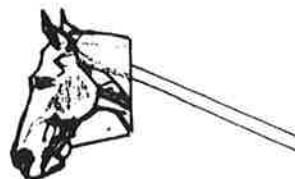
Brukt som kontakt - lim (la limet tørke til det nesten ikke kleber før montasje) er "Type F" fremdeles tilstrekkelig klebrig og gummiaktig til å feste hyller hvor den dobbeltsidige tapen har sviktet.

Skjeve Buer fra Dai - Ryong

er antagelig et ganske vanlig syn etterat deres Standard- modell har blitt populær som klubb- og nybegynner-bue. Denne buen har kraftig recurve, og er derfor en "dristig" konstruksjon i forhold til prisen. Dristig i betydningen av at produksjons- unøyaktigheter som lett oppstår ved billige produkter får store konsekvenser. Lemme-festene i denne bue-modellen består av en kraftig skrue som holder bulemmene på plass i en skinne av ekstrudert aluminium. Denne skinnen er festet med 2 treskruer og kan lett tas løs. Ved å skru av denne og bøye på den, kan man lett variere lemmenes innfestingsvinkel i håndtaket. Ombytting av øvre/nedre styre-skinne bør også vurderes/prøves. Denne operasjonen kurerer selv de mest "håpløse tilfeller" av strenger som ligger skjevt på enden av bulemmet. Hvis buen er så skjev at dette ikke er mulig å få til, er reklamasjon en selvfølge. Du skulle sett det siste eksemplaret jeg rettet opp før "behandlingen"!

Peik Borud

Peik Borud



Kjeppehesten

- forum for paragrafryttere.....

Hei Peik.

I Buestikka nr. 3/85 (april) har du et innlegg hvor du påstår at reglene for skivenes oppsetting på mattene ble brutt under innendørs-NM 84 i Bergen. Som bevis for dette henviser du til billedserie i Buestikka nr. 4/84. Det du tydeligvis ikke er klar over, er at de to siste bildene i serien fra NM-84 ikke er fra dette arrangement. Disse to bildene er de eneste i billedserien som viser skytematter.

Ved henvendelse til Arne Kronen, som fungerte som dommerformann under nevnte arrangement, vil du kunne få bekreftet at skyteskivene var oppsatt ifølge regelverket under NM-84 i Bergen.

Jeg er forøvrig fullstendig enig med deg når det gjelder ditt syn på skyteskivenes plassering på mattene.

Hilsen

Tore Gjerd

Svenskene har skrevet en ny lærebok i felt-bueskyting med mange gode tips. Den er riktignok tynn og dyr og full av tabeller og systemer som bare slike som jeg er istand til å fordøye. Nok om det, svenskene er forbaska gode i Jakt/Felt, også internasjonalt, og vi får ta for oss boken i detalj senere.

På side 11 i delen om skytestil i hellende terreng, anbefales det i tekst og bilder å stå på kne med det ene benet i bratte bakker.

Mitt spørsmål blir selvsagt om dette er tillatt.

I skytere reglene for Skiveskyting og FITA's Jakt/Felt - skyting står det at man skal skyte stående. I våre nasjonale Jakt / Felt - regler står det ikke. Siden ingen har tenkt over det så veldig bevisst (tror jeg) er det antydning stående stilling ved å nevne at skyttere som STÅR på STAND - plass får tilstrekkelig ro, men det er alt som sies om saken.

For oss som søker jakt - messige skyteformer er det selvsagt gøy hvis vi får lov til å stå på kne slik vi ser for oss indianere etc. gjør det i ødemarken. I tillegg er det av betydning hvis man ønsker å legge ut en bane med standplasser hvor stående stilling er umulig.

Kan noen svare på hvor vi står i denne sak?

Peik Borud.

Peik Borud

SVERRESBORG

STIFTET 4.2.1964



BUESKYTTERE

TILSLUTTET NORGES BUESKYTTERFORBUND

NORGESMESTERSKAP I SKIVESKYTING 1985.

Sverresborg Bueskyttere har den glede å innvitte til NM i skiveskyting lørdag den 10. august 1985 på Lade Idrettsfelt, Lade, Trondheim.

KLASSER:	TIDER:
Damer senior	Opprop kl. 08.45
Damer junior	TK kl. 09.00
Herrer senior	Åpning kl. 09.30
Herrer junior	Prøvep. kl. 09.45
Lag i nevnte klasser	Start kl. 10.00

Startkontingent: Senior kr. 160.-
Junior kr. 80.-

Påmeldingsfrist: Mandag den 1. juli 1985.
Det bes om prioritert påmelding, og vi forbeholder oss rett til å begrense deltakerantallet etter vedtatte retningslinjer.
Lagleder må oppgis.

Kongepokaler.

«H.M. Kongens Pokaler tilfaller skytter (dame og herre) med høyeste poengsum på seniorrunde, såfremt resultatet kvalifiserer». Det blir Kongepokal- og medaljeutdeling på banen ved stevneslutt.

**Skyttere og gjester ønskes
hjertelig velkommen!
Arr. komiteen.**

NM-bankett med festmiddag blir avholdt på Scandic Hotel, Brøsetveien 186, Trondheim kl. 20.00. Alle rettigheter - disp. til kl. 02.00. Premieutdeling. Dans. (Hotellet ligger like ved Moholt Studentby).

Kuvertpris kr. 110.-.
Påmelding til stevnet og bankett sendes til: Eivind Engen, Angelltrøveien 47, 7000 Trondheim.
Etteranmeldelse til NM i skive mottas **ikke**. Oppgjør for bankett og startskontingent **skal** sendes samtidig med påmeldingen til postboks 4 25 23 91.

Innkvartering: Deltakerene må selv sørge for innkvartering/overnatting. Vi har fått følgende tilbud: Scandic Hotel, tlf. 07/93 95 00 - pris: Dobbeltrum innkl. frokost kr. 120.- pr. person pr. døgn. Enkeltrum innkl. frokost kr. 185.- pr. person pr. døgn.
Ved rombestilling, opplys: NM bueskyting.

CAMPINGPLASSER:

Storsang Camping, 7560 Vikhamar (ca. 15 km. nord for Lade) tlf. 07/97 63 60.
Sandmoen Camping, Brøyemsveien, Heimdal (ca. 12 km. syd for Lade) tlf. 07/88 61 35.



MOSS BUESKYTTERE

Moss Bueskyttere inviterer til F.I.T.A. Stjernestevne i Norges-Cupen med alle approberte klasser.

Sted: Melløs Stadion i Moss

Tid: Lørdag 29. juni 1985

T.K. : Kl. 09.30 Start kl.: 10.00

Startkontingent: kr. 60,- Jun.: kr. 30,-

Påmelding må være oss i hende: 21. juni 1985.

Moss Bueskyttere, Boks 943, 1501 Moss.

Nærm. opplysninger ved Oddvar Amundsen tlf. 02-57200.

Vel Møtt.

TROMSØ BUESKYTTERLAG

innbyr til N A T T S T E V N E lørdag den 6. juli.

Sted: Alfheim Stadion - Tromsø.

Opprop: kl. 19.30

Start: kl. 20.00

Skyterunde: F.I.T.A.

Klasser: Alle klasser unntatt mini jr.

Startkontingent: senior kr. 70,- - junior kr. 35,-

Påmelding til: TROMSØ BUESKYTTERLAG

Nils Dybos

Rektor Steensgt. 34.

9000 Tromsø.

Innen torsdag 27. juni.

Stevnet teller i Norges-Cupen og som siste uttaking til Kalottlaget.

VEL MØTT



Sandefjord Bueskyttere

Inviterer til:
SCANDIARUNDE lørdag 27. juli 1985.

Sted: Bak Nygård Marked ved Bugården.

TK kl. 1400. Start kl. 1430.

Alle approberte klasser.

Startkontingent: Senior kr. 40, junior kr. 25.

Påmelding til : Sandefjord Bueskyttere,
Postboks 1235,
Krokemoa,
3200 Sandefjord

innen 20. juli.

Vanlig premiering + vandrepremier.



OSLO BUESKYTTERE

Vi har gleden av å invitere til Olsokstevne på Makrellbekken

Søndag den 4. august 1985 kl. 10.00.

TK og prøvepiler kl. 9.30.

Startkontingent: Senior kr. 60,-
Junior kr. 30,-

Påmelding må være oss ihende innen onsdag 31. juli og sendes:

Marit G. Tønnesen,
Tollefsløkka 4,
1370 ASKER



HARSTAD BUESKYTTERE

POSTBOKS 2021, 9405 KANEBOGEN
BANKGIROKONTO: 4760.05.13342

Harstad Bueskyttere vil med dette innby til åpent stevne på
Blåberhaugen stadion, Harstad,

søndag den 4. august 1985.

Skyterunde: FITA* - runde.

Klasser: Herrer A, herrer B, herrer C, herrer over 50 år.
Damer A, damer B, Damer C,
Herrer junior (under 18 år)
Damer junior (under 18 år)
Herrer yngre junior (13 og 14 år)
Damer yngre junior (13 og 14 år)
Lag.

Startkontingent: Kr. 60,00 for voksne,
Kr. 30,00 for junior og yngre junior,
Kr. 60,00 for lag.

Program: Kl. 09.00 Oppmøte på Blåberhaugen stadion.
Kl. 09.15 TK.
Kl. 09.45 Prøvepiler.
Kl. 10.00 Start.

Premieutdeling på banen så snart resultatene foreligger.

Påmeldingsfrist: Mandag 08.07.85.

Med hilsen
HARSTAD BUESKYTTERE.



Sportsklubben Vidar
Bueskyttergruppa

EKEBERGTREFFEN

SØNDAG 18. aug.

Oprop/TK- Kl. 9.30- Prøve 9.45
Start Kl. 10.00

=====
Startkontingent Sen Kr. 50.00
Jun " 25.00
=====

Alle approberte Klasser.
Vandrepremier- vunnet 1984- Kai Svingen, Moss
1244 p. -Christa Bäckman, Vänersborg 1235 p.



Inviterer til:

"NORDISK" JAKT/FELT - RUNDE

Sandefjord Bueskyttere 24. og 25. august 1985 i Kodal v/ Sandefjord.

Lørdag 24. august : 30 mål jakt.

Søndag 25. august : 2 x 14 mål Field/Hunter.

Start : Kl 1000 begge dager (TK kl 0930).

Startkontingent: Begge dager: Sen. kr. 70, jun. kr. 40.
En dag : " " 40, " " 25.

Alle approberte klasser.

Vanlig premiering begge dager, samt bestemannspremier sammenlagt og lagpremier.

Overnattingsmuligheter: Danebo Kro(034/11355), Granerød Hotell (034/77077), Park Hotel (034/65550), samt distriktets campingplasser og muligheter for camping på vår treningsbane ved Bugården.

Påmelding til : Sandefjord Bueskyttere, Postboks 1235, Krokemoa, 3200 Sandefjord, senst 17. august.

Veien vil bli merket fra E 18 (innkjøringen til Sandefjord).

TELEMARK bueskytterutvalg



NORGESMESTERSKAP JAKT/FELT 1985

Telemark Bueskytterutvalg inviterer til
N.M. Jakt/Felt 21. september 1985.
Stevnet er på Akkerhaugens Bueskytter-
klubbs baneanlegg i Sauherad kommune.

Start kl. 09.00 T.K. 08.30.

20 mål Jakt - og 20 mål Felt. Klasser, Fristill og Bare Bow: Damer senior
Damer junior
Herrer senior
Herrer junior

Akkerhaugen Bueskytterklubbs anlegg ligger midt (2 mil) mellom Bø-Notodden, avkjøring ved Sauherad Kirke.

Overnattingsmuligheter:

Norsjø turisthotell	Akkerhaugen	036 - 66 211
Beverøya Camping	Bø	036 - 60 508
Bø hotell	Bø	036 - 60 111
Teksten Camping	Gvarv	036 - 64 440

Nærmere opplysninger om overnatting og hjelp med dette, kontakt:
Wenche Akkerhaugen, 036 - 66 315.

Startkontingent: senior: kr. 130.-
junior: kr. 60.-

Medaljeutdeling på banen umiddelbart etter stevnet.

Premieutdeling på Norsjø Turisthotell så snart som mulig etter dette. Her blir det muligheter for en varmrett som betales på hotellet med kr. 100.- (innkl. vin, øl, mineralvann).

Hotellet arrangerer dans om kvelden.

Påmelding senest 16. august 1985 til:
Gunhild Solberg,

Breisåsvegen 26, 388 Bø.

Ingen etterpåmeldinger.

Startkontingent betales ved påmelding bankgiro 2675 2072832.

Oppgi tydelig klasse ved påmelding og om det ønskes varmrett på hotellet etter stevnet.

Kiosk på banen.

Telemark Bueskytterutvalg.

Invitasjon kun i «Buestikka»

