

Buestikka

MELDINGSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

11. årg.

Nr. 10

Des. 85



God jul og
godt nyttår
ønskes dere alle av
N.B.F.'s styre.

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.

Annonse satser: 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

Når dette leses håper jeg at du har hatt anledning til å se mye fin bueskyting på fjernsynet.

Du som så Sports-lørdag den 30. november fikk se mer bueskyting i NRK-fjernsynet denne dag enn du har gjort tilsammen de 20 år(!) - men det er jo bare hyggelig at bueskyting dette halvåret virkelig har hatt gjennomslag i media.

Etter dette skulle det selvsagt være unødvendig å si - med tanke på hva jeg skrev i forrige nummer - at vi lyktes å få til en avtale med NRK som kunne aksepteres både teknisk og økonomisk.

I tillegg fikk vi gjennomslag i våre bestrøvelser på å finne en hovedsponsor - Wenma Elektronikk A/S - som gir oss en liten bi-inntekt i forbindelse med dette opplegget.

Når det gjelder arbeidet med sponsoravtale i denne forbindelse lærte vi også endel; bl.a. at tiden for avtaleinngåelse bør gjøres tidlig på året, kanskje helst før årsskiftet. Dessuten fikk vi en klar forståelse av at vår idrett foreløpig ikke er så veldig salgbar, særlig ikke når vi ikke har noen «spesielle» forbindelser.

Lotto/tippenøkkelen var stikkerde forrige nummer. Kort etter at bladet gikk i trykken ble jo Lotto vedtatt i Stortinget, med 3/4 til kulturformål. Dette kunne jo forsåvidt virke lovende, idet mye av tilskudd på lagsnivå skjer av kulturmidler - så vidt jeg har forstått.

I skrivende stund ser det ut til å bli «krise» på vridningen av tippenøkkelen; 55% (regjeringen) uten opptrappingsplan eller 62,5% (opposisjonen) med opptrapping over 4 år - **under forutsetning av at lottomidler ikke skal til idretten.**

Nevnte forutsetning er neppe heldig - av flere årsaker;

- jeg tror tilskudd på lagsnivå, som sårt trengs, vil komme til å lide. Man vil

sansynligvis falle utenfor, rent praktisk, alle former for kulturmidler. Hva har fylker og kommuner da igjen å gi idretten?

dessuten tror jeg det medfører økt kommunalt/fylkeskommunalt byråkrati ved kontroll og avgrensninger. Tenk bare på kombinerte kultur- og idrettsbygg.

Selv om det kanskje er avgjort når dette leses, satser jeg den gang på regjeringens løsning - **men uten spesielle begrensninger på lottomidler til kultur.**

Eller kanskje Norges Idrettsforbund selv lanserer et gunstig kompromiss?

OPPLYSNINGER FRA N.B.F.

NBF's TIPPELAG

I skrivende stund er ikke tippelaget blitt noen stor suksess med tanke på gevinster. Det er imidlertid mange omganger igjen, idet vi jo øket antall spilleomganger fra 10 til 13 omganger.

Vårt system gikk brukbart inn i spilleomgang nr. 44 - med to 11-ere og fjorten 10-ere, men dessverre var premiene svært lave akkurat denne uka.

Vi krysser fingrene for resten av året!

FORBUNDSJAKKER

Det viser seg at vi har noen overtrekksjakker - de med NORGE på ryggen - og noen blazere "utestående".

De som har benyttet slike jakker, bes ta en opprydding i sin garderobe. Mulige "funn" bes levert NBF.

UTENLANDSKE TIDSSKRIFTER

Skal man på beste måte orientere seg om hva som skjer på bueskytterfronten utenlands, bør man abonnere på sentrale utenlandske tidsskrifter.

Her er noen forslag, muligens kan Narvesen gi deg opplysninger om andre alternativer:

Tidsskriften Bågskytten, 292 02 Asarum, Sverige

Bueskydning, c/o Dansk Bueskytteforbund, Kristiansmindevej 12, 8500 Grenå, Danmark.

The US Archer Inc., 7315 North San Anna Drive, Tucson, AZ85704, USA

Archery World, P.O. Box 362, Mt. Morris, IL 61054, USA (vesentlig jakt)

British Archer, c/o B.A. Publishing Company Ltd., 43/45 Milford Road, Reading, Berkshire RG1 8LG, England.

Nærmere spørsmål om disse tidsskriftene kan evt. rettes til NBF's kontor.

Innholds- fortegnelse

Redaktøren	Side 2
Opplysninger fra NBF	3
Jenter - se her!	4
TV-suksess for bueskytteridretten	6
Årets verdensmester - Rick Mckinney	7
Aktivitetslederkurs m.v. i Hordaland	11
Siste!	12
Hønefoss Bueskytterklubb	13
Aktuell Debatt	14
Litt av hvert m.m. - Peik Borud	15
Oslogryta	16
Kjøp & salg	17
Nye teknikker på vei? av Knut Pedersen	18
Stevneannonser	19
Kjepphesten	22
Skiskyting i Tromsø	23
- div. annonser	

JENTER - SE HER !

Norges Idrettsforbund har - bl.a. gjennom opprettelse av et eget kvinneutvalg - satset sterkt på utvikling av kvinneidretten.

Av de midler som til dette er disponibelt, har Norges Bueskytterforbund søkt og fått midler til et

LEDERKURS FOR KVINNER I BUESKYTTERFORBUNDET

Kurset holdes i Oslo f.o.m. fredag 31. januar (kl. 10.00) t.o.m. søndag 2. februar (kl. 16.00) -86.

Kursavgift kr. 300,- (som du kan søke refundert av klubb, krets eller kommune).

Reise og opphold dekkes av NBF.

Kurset er svært praktisk rettet og vil gi deg et godt grunnlag for å kunne ta del i vår idretts utvikling. Kurset tilsvarer dessuten første del i vår trenerutdanning (aktivitetslederkurs).

Foreløpig program:

Fredag: Presentasjon av kurset
"Vi blir kjent"
NBF's Organisasjon
Møteteknikk

Lørdag: Idrettspsykologi
Selvtillitstrening
Skyteteknikk

Søndag: Utstyrlære
Mål for eget arbeid

Kursledere:

Rita Andersen, Norges Idrettsforbund

Margaretha Ingves, Forbundsstyret

Eva Hammer, Østerås BS

Det sosiale aspekt har stor betydning på dette kurset, og det er derfor viktig at deltakerne forblir samlet under hele oppholdet.

DU BEHØVER IKKE VÆRE AKTIV SKYTTER FOR Å DELTA !!

Du melder deg på gjennom din klubb, evt. direkte til bueskytterkretsen/utvalget i ditt fylke. FRIST: 2. januar 86.

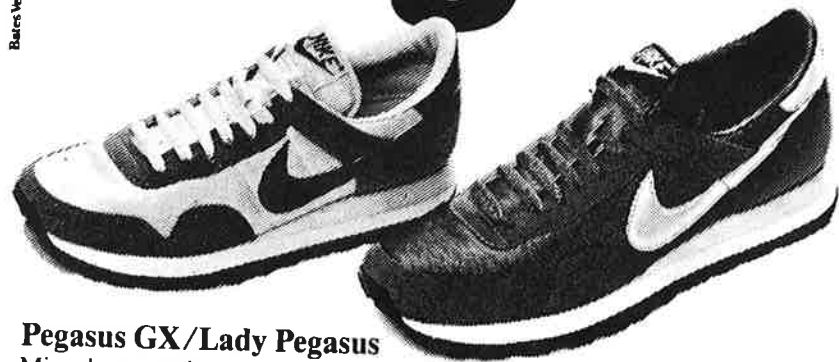
Trenger du flere opplysninger, ring:

Margaretha Ingves 02-183696 (priv.) eller 02-238412 (arb.)



A great pair of legs

Bates Westfold



Pegasus GX/Lady Pegasus

Mine damer og herrer! Norge's mest solgte og populære løpssko i enda bedre konstruksjon. Gass-kanaler i mellomsålen gir myk landing. Fast hælcappe og ny støtte over vristen bedrer stabiliteten. Gode støtdempende såle-elementer gir fin gripe-eyne - ypperlig for vei og sti. LADY PEGASUS er bygget på smalere lest. Gjør som tusenvis av fornøyde nordmenn - løp i PEGASUS - kr 495,-.

BUESKYTTERELITEN

BRUKER



- en vinner!

TV-suksess for bueskytteridretten - men ingen norske finalister i Nordisk Cup!

Ulla Rajakisto, Finland og Mats Nordlander, Sverige gikk til topps i TV-konkurransen "Nordisk Cup" den 30. november.

Ulla Rajakisto møtte i sin første "match" Liselotte Andersson fra Sverige - i sannhet et sterkt par. De fulgte hverandre fram til de hver hadde én pil igjen, dog glimtet de bare til med toppskyting av og til. Men spennende var det, og Ulla Rajakisto avgjorde det til sin fordel - så vidt.

I den andre semifinalen møtte Vigdis Stigen den for oss relativt ukjente danske Jytte Engholm. For begge var det vel den "beste" trekningen, da disse burde stå bra til hverandre. Det gjorde de da også, og hadde en spennende og god semifinale - også her avgjorde den siste pilen. Vår danske venninne var avslutningsvis den beste taktikeren - og skjøt først. Det ble en tier. Dette så selvsagt Vigdis og tappet spenningen, naturlig nok. Hennes siste skudd måtte bli anderledes, og var langt unna en god tier.

Mats Nordlander møtte danske Jan Jacobsen i dagens første semifinale, og han lot ikke kameraer, kamerafolk, publikum eller konkurransens spesielle karakter innvirke på sin skyterytme. Rask og effektivt feide han Jacobsen ut på tre strake omganger. Også Jan Jacobsen viste glimtvis at han er en bra skytter, men ble for ujevn.

Dag K. Paulsen var definitivt ikke heldig med sin trekning, for Kyösti Laasonen er en gammel ringrev. I denne semifinalen fikk vi nok se dagens beste skyting, og Kyösti Laasonen skjøt 8 tiere og én niere, så selv Dag Kjetils meget gode niere "gikk ut".

Man så med spenning fram til finalene, og særlig finalen mellom Mats Nordlander og Kyösti Laasonen ble en opplevelse og en thriller. Vi så tydelig at Mats Nordlanders raske rytme rent taktisk brakte Laasonen ut på gyngende grunn. Nå var det Laasonen som hele tiden måtte forholde seg til Nordlanders gode skyting, og det tok to omganger før Laasonen tok seg inn på skikkelig måte. Med én pil igjen skjøt Laasonen en sentrumstier, så skjøt han en sentrumstier til - og dermed sto de igjen med én pil hver. Og Nordlander skjøt først; tier. Laasonen igjen på etterskudd; skjøt godt - tier på streken - men ikke godt nok.

Kunne Jytte Engholm matche Ulla Rajakisto? Få trodde vel det, men Jytte Engholm overrasket innledningsvis. Dessverre holdt hun ikke stilen helt til "mål", følte vel stresset. Ulla Rajakisto hadde rutinen og vant vel på det.

Men gøy var det!

Årets verdensmester; Rick McKinney.

Nasjonalitet	:	Amerikansk
Idrett	:	Bueskyting
Alder	:	32 år
Utdannelse	:	Lærer i fysisk trening
Yrke	:	Leder av utviklingsprogrammet til NAA (Am.forb.)
Idrettslige utm.	:	VM-75: sølv, -77: gull, -79: sølv, -81: sølv, -83: gull, -85: gull, OL sølv og flere amerikanske mesterskap
Bue	:	48 lbs. Hoyt med Carbonlemmer
Piler	:	Carbon 1508-3 30 1/4 tommer med Spin Wing



Hvem er han egentlig mannen bak alle disse tall og fakta? Finner vi en robot-lignende skytemaskin eller et menneske av kjøtt og blod?

Hva er hans idéer om bueskyting, og hvordan trener han?

Slike spørsmål dukker lett opp når en leser om hans prestasjoner og imponeres over hans stabilitet: 3 gull og 3 sølv på 6 VM-starter!

I slutten av november fikk jeg ypperlig anledning til å stille min nysgjerrighet. Ved et ukelangt trener-seminar i Belgia viste det seg at McKinney var en av foreleserne, og jeg kunne både intervju og diskutere med han flere timer daglig. Og det gjorde jeg.

Som de fleste topputøvere viste han seg å være en stor personlighet med meninger om mangt, også utenom bueskyting. Dertil er han en mann som ved siden av naturlig selvtillit har en ydmyk innstilling til vår idrett.

Som gutt vokste han opp med bueskyting. Hans far var bueskytter og samtidig utstyersforhandler. Det falt naturlig at han prøvde seg, men det gikk meget smått fremover med Rick's skyting. Han ble etter lengre tids iverdig trening fortalt at han nok burde velge en annen idrett for å lykkes, bl.a. var hans buearmskulder så høy at han stadig slo strengen borti så blodet fløt.

Etterhvert som han vokste ble pilene for korte, og han sto med dragarmen i vinkel for ikke å dra over pilhyllen. Da ga hans far han nye, lange piler. Altfor lange, mente Rick. Han måtte dra helt bort til øret for å komme over klikken og strevde voldsomt i lang tid. Men han begynte samtidig å utvikle en teknikk som ga maksimal draglengde og linjering. Grunnlaget for hans senere skyting ble lagt, og Rick kaller selv dette for trinn 1 i sin karriere.

Trinn 2 kaller han den neste perioden i sitt bueskytterliv. Han trente nå 2 til 6 timer skyting om dagen og startet med vekttrening ved siden av. Styrketreningen var motivert ut fra ønsket om å styrke kroppen generelt, og var ikke spesielt myntet på skytingen. Han tror at styrketreningen sammen med løping forebygget skoliose (skjev rygg) som ellers lett kunne blitt resultatet av all skytetreningen.

Trinn 3: Nå startet han med mental trening og mindre skyting. Han snakket mye med seg selv på linjen for å få positiv feedback (tilbakemelding), deltok i få stevner, men fikk bedre resultater. Han begynte å bli uenig med sin far, og følte at han vokste fra ham som skytter.

Rundt 1977 gikk han inn i trinn 4 som han selv definerer som et avansert stadium som bare noen skyttere når frem til. Han lærte seg bedre avslapping på skyte-linjen og fikk større selvtillit. Han kunne ikke overfor seg selv eller andre forklare sin skyting i denne tiden. Han ville heller ikke prøve å analysere seg selv av frykt for å miste stil og følelse.

Trinn 5 er hva han velger å kalle elitesjiktet, og i 1979-80 tok han etter egen vurdering steget inn her. Nå kom en helt ny epoke hvor han turte å stille spørsmål. Han spurte seg selv: Hvorfor er jeg så god? Hva gjør jeg? Han analyserte og begynte å teste utstyr. Hvorfor er ting best? Han fordypet seg i alt; noe som ledet til at han i en alder av 26 år begynte på universitetet for å utdanne seg til lærer i fysisk trening. Han slukte alt om anatomi, fysisk og mental trening, og han skjønte at han visste altfor lite. Han utfordret seg selv på de fleste områder, var det vind på stevner, ventet han på de hardeste vindbygene for å lære. Strepiler dømte han selv konsekvent ut, idet han ville ha størst mulig utfordringer. Han følte at han trengte hjelp og fikk ny trener.

Mester: Trinn 6. Han regner seg selv i denne klassen idag. Han har stor selvtillit og føler at han kjenner seg selv og sin idrett, men lærer heldigvis stadig noe nytt. Han mener å se hvorfor han bommet på OL-gull -84 og har bare seg selv å skylde på: Han var for mye opptatt av å vinne, og for lite opptatt av å utføre perfekte skudd.

Ifølge McKinney's filosofi er det 7 trinn i bueskyting, og han håper engang å nå trinn 7 som han kaller stormester. På dette stadiet finnes det ingen bekymringer for tap eller seier: Da er man ett med sin bue, og alt føles perfekt hver gang. Uopnåelig?

Hans trening har som det fremgår, variert gjennom tidene; noe som er helt riktig. Forskjellig trening trengs på forskjellige stadier for å komme videre.

I sommer har han skutt annen hver dag. 95% av dette har vært uten blink. De dagene han ikke har skutt, har han løpt ca. 1/2 time. Mental trening har han drevet 1 time hver dag.

Men det må presiseres at dette er sommerens spesielle program. Prøv derfor aldri å kopiere et treningsopplegg ukritisk. Det er laget for andre skyttere med andre forutsetninger. Du trenger ditt eget.

Skal vi forsøke å sammenfatte hans meninger, kan noen stikkord bli: Sunt levesett, riktig kosthold, mye fysisk og mental trening.

McKinney teller ikke poeng på trening og skyter mest på bar matte. Skyte-teknisk har han 3 hovednøkler: Maksimal linjering - rask skyting - ingen finsikting.

For å unngå misforståelser om siktingen, skal jeg få tilføye følgende: McKinney anser siktingen som noe av det minst viktige ved skytingen. Han konsentrerer og fokuserer på gult; tenker pilen inn. Finsikting vil ødelegge rytmen i hele skuddet. Og når han snakker om rask skyting, er det 6-7 sekunder fra start av opptrekk til fullføring, uten stopp på klikken.

Hans råd til skyttere som vil til topps er å arbeide hardt med seg selv, bruke konkurranser som en del av treningen og aldri klage på forholdene eller på andre personer hvis man mislykkes. Videre må en fullt ut akseptere at det tar lang tid å nå toppen, og en må prøve å vende absolutt alt til det positive. Han mener alle bueskyttere trenger hjelp fra en trener. Skytteren

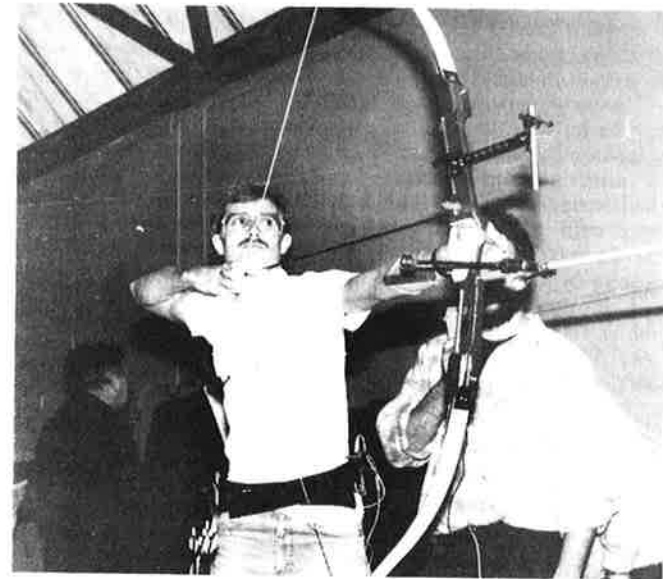
selv kan være blind for sine feil, og McKinney avslutter med følgende setning:

"Den som trener seg selv, trener en idiot".

Det faller vanskelig å sammenfatte en ukes prat til en artikkel, men jeg håper dere har fått et innblikk i hans idéer og erfaringer. For oss i Norge er det trygt å konstatere at vi i hovedsak følger de samme linjer: rask rytmisk skyting - mye skyting uten blink - fysisk og mental trening.

Det finnes ikke hemmeligheter eller skjulte skatter for de som tror det; bare mye hardt arbeid. Er vi villige til å underkaste oss den trening som vi vet er nødvendig?

Håkon Hasselgård



Richard McKinney under demonstrasjons-skyting i Belgia - utstyrt med elektroder på kroppen.

SKANDINAVISK BUREAU A.S

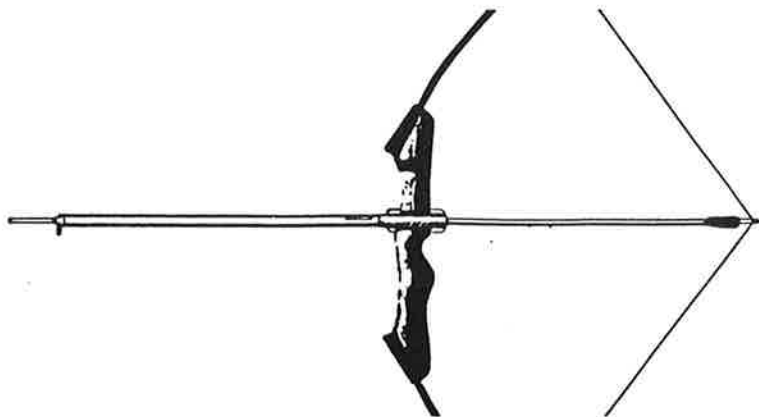


3812 AKKERHAUGEN - NORWAY

Telefon:

Ø 036-66 315 Int.: Ø +47 36 66 315

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



NYHET - TREN HJEMME I STUA !

Vi lanserer olympiamesterens "hemmelige våpen", AIR-BOW, i Skandinavia. Spesielt gunstig for trening av slipp, follow through, rytme, klick-teknikk og eliminering av blink-skrekk, m.m.

AIR-BOW har påmontert luft"gevær" for skyting av luftgeværpiler og kuler. Dette for de som vil gjøre tørr-skytingen mindre kjedelig.

AIR-BOW passer til alle buer monteres på sekunder

KR. 590,00

som inkluderer justerbar magnetisk klicker, 3 stk. luftgeværpiler, flere dus. kuler, samt blink.

Kontakt SKANDINAVISK BUREAU A/S, eneimportør for Norge, Danmark, Sverige og Finland.

Hoyt/Easton

BEAR



Aktivitetslederkurs

LITLABØ 25-27 okt.

Kurset var denne gang kagt til Litlabø Stord, og dit ankom vi fredag formiddag i et aldeles strålende Vestlandsvær, rikstrener Håkon Hasselgård med sin kone Turid, skyttere fra Kvinnherad, Bergen og fra selve Stord. Innkvarteringen ble unnagjort i en fart og så var det bare å starte på timeplanen. Klokken var nå 12.30.

Første post på programmet var presentasjon og åpning. Så gikk vi over på skyte-teknikk i praksis. Håkon Hasselgård er en mester i å gi inspirasjon til topp ytelse. Skytterne sto på så det var vanskelig å få de til å gå til middag.

Mens vi skjøt gikk Håkon rundt og noterte seg hver enkelt skytter slik at vi senere kunne diskutere stil og personlige feil. Turid brukte videoen flittig, så da kvelden kom kunne vi underbygge diskusjonen med bilder. Fredagskvelden ble så altfor kort, vi ble liksom aldri ferdig å diskutere.

Lørdag startet vi med instruksjonsteknikk. Der hadde vi mye å lære: Tålmodighet og positivitet bare for å gi noen stikkord. Så var det over på et par timers skyting hvor Håkon tok for seg en etter en og gikk igjen om feil som var notert dagen før. Det var utrolig å se hvordan skytterne svarte ved å skyte bedre og bedre. Nivåhevingen var til å ta på.

Nå var det vår tur til å instruere. Halvparten skjøt mens de andre var instruktører.

Etter en time byttet vi plass. En kan forstå mye av sine egne feil ved å instruere andre. Etter lunch var det utstyrlære som sto for tur. Det var mange huller å tette i vår kunnskap om utstyr, men Håkon tettet dem.

«Nå skal vi over på et tørt emne», forkynte Håkon, «nemlig organisasjon, lover og regler». Mange ting kan sies om Håkon Hasselgård, men jeg tror han kan få Sahara til å virke våt. Lover og regler ble et meget interessant tema.

Lørdagskvelden fikk «Tussebergen» være ifred for oss, vi hadde et mye mer spennende program å se på, filmet av Turid med oss selv i hovedrollene. Video er et bra redskap i trening av teknikk. Det er utrolig så mye bedre du forstår dine feil når du får se dem med egne øyne.

Jeg skal ikke gå så mye i detalj om søndagen, men de impulser vi fikk om trening, både mentalt og fysisk, virket fornuftige og riktige. Mye kortholdstrening uten blink, så på langhold med blink for å få svar på skytingen, tilbake på korthold. En liten konkurranse på 30 piler i ny og ne gir også fin konkurransetrening. Mengdetrening? Jo, vi har nok fått endel å tenke på etter dette kurset.

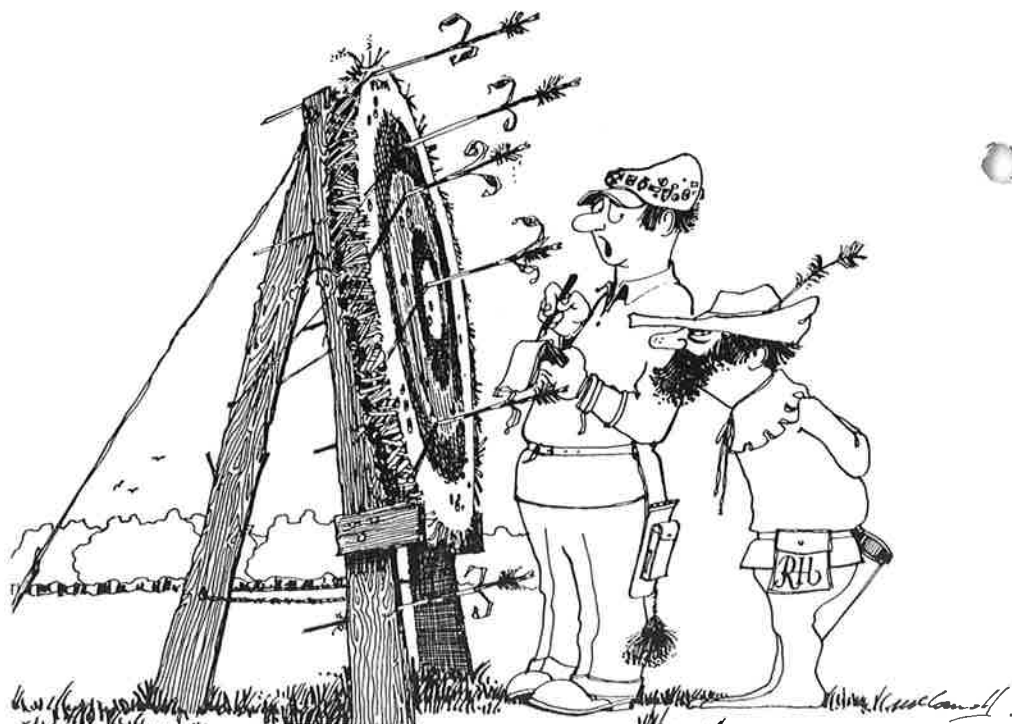
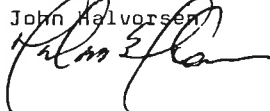
Nå står det bare igjen å forsøke å føre videre det vi har lært, og de impulser vi har fått, til de andre i klubbene våre. Jeg vil på vegne av de andre deltakerene takke



Håkon og Turid for den glød og inspirasjon de legger for dagen i sitt arbeid. Denne måten å drive kurs på må før eller siden gi utslag i positive resultater utover i landet.

For Stord, Kvinnherad og Bergen Bueskyttere

John Halvorsen



DU HA'KKE GLEMT GAMLE KUNSTER !!

SISTE!

Dag Kjetil Paulsen satte ny norsk rekord på 25m med 580 p. den 1/12.

På 18m nådde han 571 - I alt 1151 p. BRA!!!



HØNEFOSS BUESKYTTER KLUBB
BOX 260 3501 HØNEFOSS

Hønefoss Bueskytter Klubb er nå å se på bueskytterkartet i Norge.

Det er blitt en realitet etter en meget god hjelp fra Morten Wilmann, Karl Breng og Eva Hammer.

Vår klubb har pr. dato 36 betalende medlemmer, og interessen er stor.

Dette kunne man også se ved aktivitetsleder kurset som nylig ble avviklet. Her gjennomgikk 10 av medlemmene kurset - hvor Karl og Eva ga oss en dyktig innføring i bueskyttersporten.

Utendørsanlegg.

Klubben vår er gått sammen med skiskytterne og helsesportslaget og fått tildelt plass til utendørsbane. Karl Breng har vært på befaring i området og gitt oss verdifull rådgivning, noe vi setter stor pris på.

Torkild Waagaard.



Karl Breng underviser en interessert forsamling.

AKTUELL DEBATT

ENDEN ER NÆR, KOMETEN KOMMER, EN NY TID ER I EMNING:

Koloni-tiden er slutt, de gamle verdier har mistet sitt innhold og monarkiet har utspilt sin rolle. Timen er kommet og revolusjonen er et ubestridelig faktum.

Jærtegn vises overalt, de gamle og unge hugger hverandre ned for fote, hedenskap råder i landet, og den organiserte idrett eksponeres til stadighet i dagspressen. I nærmiljøet vil man at vanlige folk skal slippe inn i idrettshaller og anlegg uten å melde seg inn i klubber og forbund. Eliteutøvere må ta standpunkt til proff-idrett og sponsing. Arrangørene må tenke på media. Hva er det egentlig som foregår?

Jeg drister meg til å påstå at det hele rett og slett dreier seg om en skjerpet kamp om ressurser.

Jeg arbeider i mitt yrke innenfor det vi kaller kulturlivet, og de samme tegn viser seg her: Stats-støtte er ikke lenger en selvfølge, man må kunne selge det man frembringer for penger. Kultur-arbeidere får nervøse rykninger når jeg spøker med dem om at deres bevilgninger trues av DET UTVIDETE IDRETTSBEGREPET.

Med dette mener jeg at idretten konkurrerer med andre former for underholdning om bevilgninger og massemedias oppmerksomhet. Hva som er vitsen med dette, vil ikke jeg svare på her, men slik er det....

Siste nytt: British Archer kan berette at rifleskytterne har fått beskjed om at finalen i deres konkurranser bør vare i maksimum 10 minutter og ha ca. et halvt dusin deltagere hvis de ønsker å være med i OL 1992.....

Dette er ganske skremmende, og i sin tid var det visstnok ganske mye kamp for å få bueskyting med på programmet. Vi kan bli nødt til å prioritere mellom FITA - runden og Olympisk status i en nær fremtid.

VÅRT FORBUND skal være glad når det dukker opp nye krefter som er villige til å utvikle idretten gjennom egen innsats og skape grunnbunn for videre vekst og utvikling i tråd med tidsånden. Et miljø som ikke er villig til å tilpasse seg forholdene står laglig til for hogg, og jeg tror de fleste av oss ville synes det var leit om noe slikt skulle ramme bueskytingen.

Vi som er krets-styremedlemmer i Oslo Bueskytterkrets vet ikke om vi skal le eller gråte når Forbunds-styret begynner å gi oss sleivspark når vår formann Lars Nilsen blir for nærgående mot dem i Buestikka. Har de noe å skjule? For det er vel ikke destruktivt at man ønsker informasjon om hva som foregår på styremøtene?

Hvis dere i Forbundsstyret er så drevne i (idretts)-administrasjon så vet dere vel hvor viktig det er med dokumentasjon? Og med informasjon?? Selv sitter jeg i info-komiteen, så jeg burde være litt opptatt av dette.... men jeg er sant å si litt forvirret om hva vi skal informere om, selv mottar jeg ikke annen informasjon enn den som er tilgjengelig for de som styrer i kretser og klubber, pluss det jeg snoker til meg på eget initiativ...

Derfor føler jeg at det er KONSTRUKTIVT hvis en debatt i Buestikka kan føre til konkrete beslutninger om øket informasjon til oss alle.

Slik det fungerer, blir det ofte tilfeldig hvem som blir sittende sammen i et styre eller en komite i NBF, og man kan derfor ikke så lett forlange at de stiller til valg med en profil eller et program. Dessuten er alle verv vanligvis besatt av offervillige ubetalte.....

Men vi må ikke lamme enhver debatt om måten vi arbeider på av den grunn. Det er håp for oss enda, hvis vi ikke på død og liv vil grave vår egen grav.....

Peik Borud.

Peik

RED:

Jeg finner ovennevnte innlegg viktig fordi norsk bueskyting i tiden fremover kommer til å stilles overfor endel spørsmål der nye løsninger må tvinge seg frem. Dette bør diskuteres.

Forbundets informasjon, herunder info-komiteens oppgaver, bør også være gjenstand for en løpende vurdering - gjerne i Buestikka.

La oss imidlertid ikke fordreie hverandres motiver. I forrige nummer av bladet besvarte Styret et innlegg fra Lars Nilsen, og av svaret fremgår at Styret oppfattet hovedpoenget om informasjon.

Når Styret deretter forholdsvis nøkternt debatterer sin virksomhet, må det sees på bakgrunn av LN's påstand om at Styret nærmest har som hovedmål å pleie sosial omgang.

Man kan være enig eller uenig med Styret, man kan synes Styret gjør bra eller dårlig arbeid - men man bør vel ikke uten videre bestride styremedlemmenes edle motiver.

LIIT AV HVERT, TIPS & TANKER :

av

Peik

Bueskyting har blitt en dyr sport etterhvert, de fleste som er "seriøse" må ut med ca 5000 kroner når de skal ekipere seg med nytt utstyr, og det sies at prisene på utstyr vil stige i nærmeste fremtid. Gamlekara sier stadig at det ikke er nødvendig med dyre greier, men man vil jo nødig gå glipp av poeng pga. dårlig utstyr.

Forsiden på årets siste nummer av "the British Archer" viser ELENA TUTATCHIKOVA (USSR) i fullt drag. Hun ble "Junior Lady Champion of Europe and the Mediterranean" i år.

Det som gjør bildet interessant, er at hun skyter med en YAMAHA modell YC som ble solgt her i landet for ca kr.500,- i 1977 og ble beskrevet som en nybegynner bue som også var brukbar til konkurranseskyting i Yamaha's brosjyre det året. Året etter var den ikke i salg lenger.

I 1985, åtte år etter, skyter denne buen 1270 poeng og blir sett på som brukbar til nybegynnerinstruksjon i våre klubber.....

Jeg sitter på en gammel YSL som var topp konkurransemodellen til Yamaha i midten av 70 årene og som egentlig er ganske god å skyte med.....men folk ler jo hvis man stiller på trening med den... På den annen side har jeg aldri skutt fler poeng med noen annen bue enn jeg gjorde med YSL'en da jeg brukte den.....

Har du hørt om SCOTCH - BRITE ? Det er et materiale som ligner litt på en gryteskrubb og fungerer som en slags mellomting mellom sandpapir og stålull. Det er laget av en slags plastfiber innsatt med et slipemiddel som biter på alt. Dette er det perfekte utstyr for rengjøring av pileskafter før påsetting av fjær. Fåes i de fleste jernvare- og fargehandler med respekt for seg selv.

OSLO RYTA

Av Lars Wilsen

Oslo Bueskytterkrets kan se tilbake på et år preget av aktivitet med stor A - det har gått slag i slag med aktivitetslederkurs, amulerende trenervirksomhet, oppstart av ny klubb, B-kurs og nok et A-kurs. Det har for mitt vedkommende vært et morsomt og særdeles lærerikt år. Jeg vil benytte sjansen til å takke et tydelig inspirert styre for et usedvanlig behagelig og knirkefritt samarbeid.

KURSVIRKSOMHETEN

"Bueskytterutdanning" har vært et gjennomgående begrep i denne sammenheng - heving av nivået over hele "fjella" - flest mulig skyttere på A/B-nivå - for å lette presset på enkeltpersoner som står alene med B-kurs i klubbene.

Bueskytterkretsen har for sitt vedkommende arrangert ett A-kurs i april på Idrettens Hus i Bærum med 12 deltakere, ett B-kurs i oktober/november samme sted med 14 deltakere, + ett nybegynner/A-kurs for den nye klubben i Nittedal i desember med 12-15 deltakere.

Østerås og Vidar har også arrangert nybegynnerkurs på hver sin kant med 15 deltakere hver. Radarparet tva/Karl og Egil Bruno har stått for undervisningen hos henholdsvis Østerås og Vidar.

Foretar vi en rask adisjon av antall kursdeltakere kommer vi til at ca. 55 bueskyttere har gjennomgått en eller annen form for bueskytterutdanning i Oslo Bueskytterkrets i 1985 - et tall som i virkeligheten er langt større med tanke på den innsatsen tidligere forbundstrener Trond Amundsen har gjort i vårt

AMBULERENDE TRENER prosjekt.

Trond har med jevne mellomrom besøkt klubbene "hjemme" - en ordning som har vært meget populær i de klubbene som har benyttet seg av den, Bærum, Østerås, Solemskogen, SAS og UBS - der 4-6 skyttere i hver klubb har nytt godt av Tronds 20 års lange erfaring og ekspertise - med tydelige resultater. Vi håper å kunne fortsette med Trond som kretsens faste trener i tiden fremover, en kretsstall er bl.a. på trappene.

NY KLUBB

Kretsen har deltatt aktivt i opprettelse av ny klubb i Nittedal. Foruten undertegnede har Peik, Eva og Karl vært i Nittedal flere ganger og hjulpet til med administrative forhold samt instruksjon. Velkommen skal dere i Nittedal være.

IDRETTLIG AKTIVITET

Norgesrekordene har hagla over Østerås' minijuniorer i 1985 - i skrivende stund er status :

Knut Cornelussen har satt 10 individuelle Norgesrekorder.

Knut Cornelussen og Svein A. Wilsen har hver tatt 4 Norgesrekorder i lag.

Kris Kleven og Kim Mørk har hver tatt 2 Norgesrekorder i lag.

Har Knut Cornelussen Norgesrekord i Norgesrekorder på ØN sesong eller er noen bedre ?????

Jeg er stum - hvem sa at juniorarbeid var noe "drag". Knut er kåret til kretsens "gullgutt -85" - medalje i riktig kulør er avsendt. Gratulerer og lykke til videre, Knut, Kris, Svein, Kim og alle dere andre i Østerås.

I neste aldersgruppe har vi også en ung herre som har markert seg grundig - kretsmester både ute og inne i juniorklassen - Henrik, med det ikke ukjente etternavnet Bolstad. Per og Henrik, gratulerer og stå på.

Det har selvfølgelig vært noen seniorer til stede på stevnene i ny og ne, disse får imidlertid tåle å måtte vente til en annen Øslogryte med å bli presentert.

GOD JUL OG GODT NYTT ÅR.

Red:

Har andre kretser/utvalg noe å berette?

#####

KJØP & SALG

Til salgs: Bear Formula Bronze 66"/33 lbs m/streng, hylle, sikte, V-bar og koffert.

Stig Torp, Solfallsvn. 65, 1430 Ås
Tlf. 02-941077

(Kjøp & Salg-annonsene i Buestikka er gratis!)

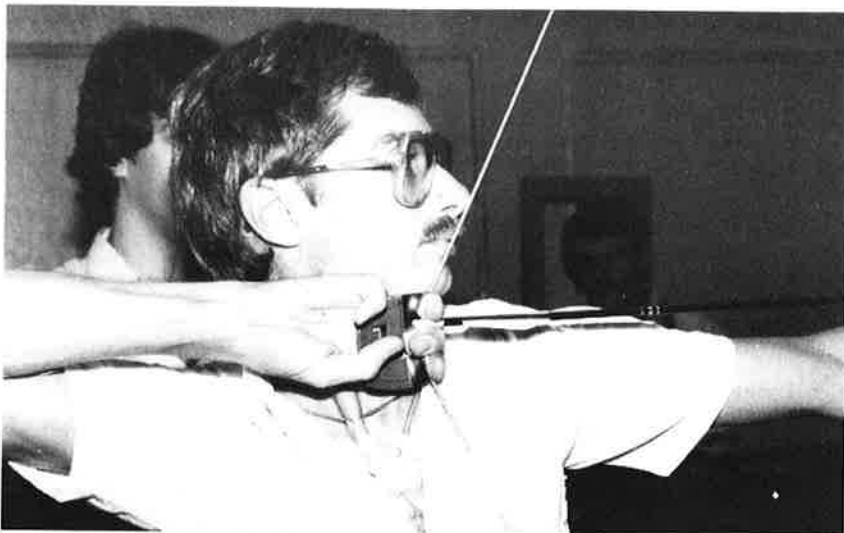
SE det klart:



idrett uten
alkohol

NYE TEKNIKKER PÅ VEI?

Av Knut Pedersen



Rick McKinney, nybakt verdensmester, er ikke redd for å gå nye veier. Denne gang er det ankringen som det jobbes med å videreutvikle.

At norske bueskyttere alt for lenge dveler ved gamle sannheter når det gjelder teknikk, er vel kjent for de fleste som er trenere i Norge. Under et internasjonalt seminar i bueskyting i Antwerpen viste amerikaneren Rick McKinney at ankringen kan gjøres på en mer hensiktsmessig måte enn tidligere.

Som en ser av bildet er fingersettingen snudd 180 grader og det gjør i følge McKinney at muskelbruken i Glutimus maksimum og minor ikke blir så intens som ved den gamle teknikken.

- Hvor lenge har du skutt på denne måten?

Det hele begynte etter at jeg kom fra Seoul hvor jeg ble verdensmester. De problemene jeg møtte på 50 meteren under det forferdelige regnværet gjorde at jeg sammen med min trener bestemte å videreutvikle den teknikken som vi har forsket på i flere år.

Det kan tenkes at pilklaringen blir noe kritisk med en slik fingersetting.

- Hvordan har dere løst problemet?

Til å begynne med hadde jeg en del uforklarlige skudd ut mot venstre. Disse er

jeg nå blitt kvitt, men de som vil forsøke teknikken, bør være oppmerksom på at det kan bli problemer med skudd langt til venstre. Men det er bare et forbigående problem som sikkert vil rette på seg med litt mer trening.

- Hvilke andre fordeler ser du med denne nye teknikken?

Koordinering er stikkordet i denne sammenheng. Et stort problem for bueskyttere er å få Infra spinatus, Terus major og angel skabularis til å jobbe i samme retning i siste del av dragfasen. Dette ser vi nå muligheten til å få en endelig løsning på, avslutter en nybakt verdensmester.

For dem som tenner på denne teknikken vil undertegnede stå til disposisjon slik at en i utgangspunktet kan få luket vekk de verste feilene. Det er bare å ringe Knut Pedersen 088-71 857 så skal dere få den informasjonen dere trenger.

Red.

Det anbefales å kontakte Knut P. allerede før man setter igang, slik at man får grunnleggende tips.



VELKOMMEN TIL

»KRYSTALLSTEVNET»

INTERNASJONALT STORSTEVNE

i Stavanger Idrettshall, søndag 9. februar 1986.

Det blir trening i hallen lørdag 8. februar fra kl. 12.00

Søndag blir det TK kl. 9.30 og start umiddelbart etter.

Vi skyter flg. klasser: Damer A-B-C-Jr.
Herrer A-B-C-Jr-Hr.o.50

Distanser: 85/70-70/60-50-30 meter

Vi har dessverre ikke kapasitet for Y.jr. og Mini-jr.

Startkontingent: Senior: kr. 120,- Junior: kr. 60,-

Påmelding senest 15. januar 1986 til:

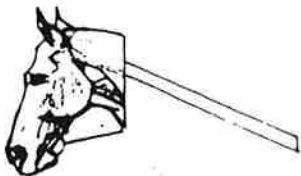
Paul H. Paulsen
Kobbeveien 2
4070 Randaberg
Tlf.: 04-597680

Nærmeste overnatting: Scandic Hotel
Tlf.: 04-526500

Alstor Hotel
Tlf.: 04-527020

Mosvangen UH
Tlf.: 04-532976

Be om spesialpris.



Kjeppehesten

Vedr. World Games 1985.

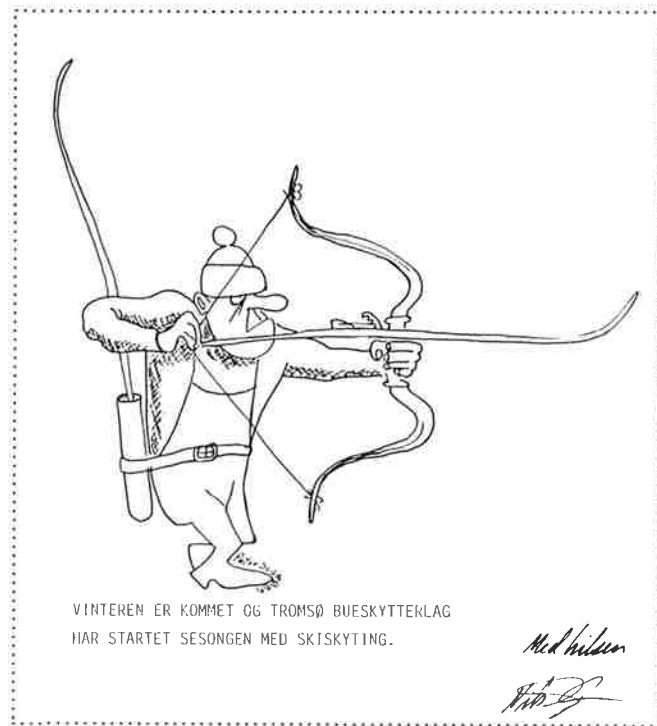
Vi takker for svaret på vår henvendelse vedrørende World Games i London.

Vi i Romerike B.U.s styre har lest igjennom brevet og har tydeligvis noen differerende oppfatninger i denne sammenheng. Vi ønsker derfor å komme med følgende betraktninger, som vi også ønsker inn i Buestikkå.

1. Vi mener at et alternativt OL ikke skal brukes som trimmingsoppgave for Nordisk eller andre mesterskap.
Dette er etter vårt syn en klar representasjonsoppgave på lik linje med Nordisk, EM, VM ol.
I slike tilfeller ser vi det som en UK oppgave å ta ut det antatt beste laget.
2. Ut fra brevets innhold så vi at dette stevnet skulle brukes som trimming til Nordisk. Det får være så. Det vi derimot ikke forstår i denne sammenheng, er når det i samme brev står at ingen av deltagerene i World Games har noen garanti for å bli uttatt til Nordisk.
På bakgrunn av dette mener vi derfor at argumentet med trimming til Nordisk faller på den andre opplysningen. I verstefall kunne vi risikere at ingen av deltagerene i World Games ble tatt ut til Nordisk.
3. Det ble nevnt at U.S.A. og Japan ikke deltok, og derfor tok dette like uhytelligs om Norge.
Vi i R.B.U. ser ingen grunn til å sammenligne oss med nasjoner som ikke deltar, men heller sammenligne oss med deltager nasjonene, feks. Sverige. Svenskene må jo være et idielt forbilde innen denne grenen.
4. Et arrangement av denne karakter må være en omfattende oppgave å arrangere. Vi mener derfor det må være naturlig å vise arrangementet og arrangøren såpass respekt at vi møter opp med det antatt beste laget. Det motsatte kan lett virke som en hån.
5. I brevet ble det nevnt at påmeldingsfristen var såvidt tidlig, at mulighetene for uttaking ikke var tilstede. Derfor så M.B.F. det gunstig å sende jakt/felt-gruppa.
Vi betviler ikke riktigheten av dette. Det er ikke første gang vi får tidlige påmeldingsfrister.
Det som har vært vanelig tidligere, er at antallet sendes innen påmeldingsfristen, mens navnene sendes senere. Vi går ut ifra at det ikke har vært noen unntak ved denne anledning. Forøvrig har man anledning til å bli opp i foregående års resultatlistor.
6. Vi i R.B.U. har selvsagt ikke noe imot at jakt/felt-gruppa kommer ut på trimming, for på denne måte å høste rutine og erfaring. Det vi mener er at konkurransens karakter må belyses grundigere på forhånd.

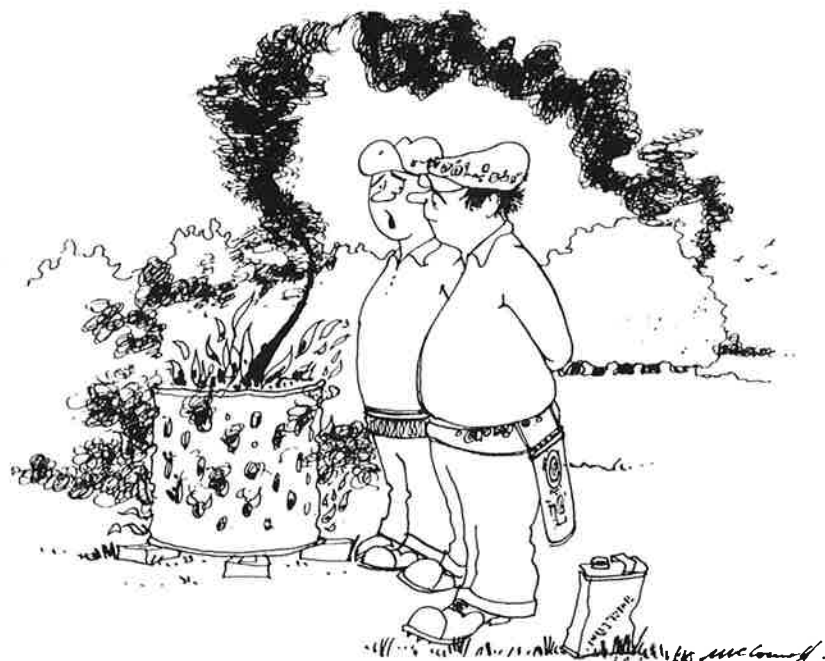
Med hilsen
for Romerike Bueskytterutvalg

Aasmund Tokle
sekretær



VINTEREN ER KOMMET OG TROMSØ BUESKYTTERLAG
HAR STARTET SESONGEN MED SKISKYTING.

Med hilsen



DÅRLIG DAG ? - ELLER LAGER DU DEG CARBONLEMMER ?