

Buestikka

MELDINGSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

13 årg.

Nr. 1

Jan.-87

Mange års røynsle med pil og boge

Det er den svarte prikken
midt i skiva du skal treffa,
nett den, der
skal pili stå og dirra!
Men nett der treffer du ikkje.
Du er nær, nærare,
nei, ikkje nær nok.
So lyt du gå og plukka upp pilene,
gå tilbake, prøva på nytt.
Den svarte prikken tergar deg.
Til du forstår pili
som stend der og dirrar:
Her er òg eit midtpunkt.

Alfred Hauge

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

Redaktør:
Morten B. Wilmann. Tlf. (02) 13 42 90

Bladet utkommer med 10 nummer
årlig med unntak av februar og juli.
Utsendelse ca. 15. i måneden.

Årsabonnement kr. 60,-

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

Annonsestater: 1/1-side kr. 400,-
1/2-side kr. 200,-
1/4-side kr. 100,-

Stevneannonser: halv pris.
(Betales samtidig med bestillingen)

Innholds- fortegnelse

	side
Dikt av Alfred Hauge	1
Redaktøren	2
Opplysninger fra NBF	3
Frodig drivkraft	4
Juniorstevne i Tønsberg	7
«Broren slo til»	9
Fra kvinneutvalget	10
Kjøp & Salg	10
Er vi engasjerte nok? Av Hasselgård	11
Småplukk	12
Klubbavis	12
Inspill! av Reidun Kronen	16
Stevneannonser	18
Aktuell debatt	20
Compoundbuen - av Per Bolstad	22
Avisref. fra Vestfold BK's ting	26



GODT NYTT ÅR! (?)

«Det var da er merkelig påfunn å sette et spørsmålsteget etter denne innledningen» - tenker du kanskje nå?

Selvsagt ønsker jeg dere personlig et riktig godt år i -87, men jeg er kanskje noe mer forbeholden - eller rettere sagt usikker - med tanke på norsk bueskyting.

Jeg sitter jo sentralt i forhold til hva som skjer og ikke skjer i forholdet til vår idrett - og internt i vår idrett. I slike «nyttårstaler» er det jo vanlig å appellere til alle positive tanker og holdninger og å trekke fram alle positive signaler. Og disse finnes!

Men av og til kan det også være på sin plass å gå i rette med tanker, holdninger og signaler som på sikt vil være ødeleggende, eller i det minste gjøre det svært vanskelig for vår idrett. Og disse finnes også!

I denne anledning hadde jeg tenkt å si et par ord om «snarveier». Det finnes nemlig en del mennesker - også hos oss - som tror det finnes slike «snarveier» til lykken; hva enten lykken er å bli en internasjonal toppskytter eller få en klubb til å fungere slik den bør.

Jo fortere man innser at slike snarveier ikke finnes, jo tidligere legger man et godt grunnlag for den harde og langvarige innsats som er nødvendig for å nå målet.

Det gjelder for en mulig toppskytter, det gjelder for klubb utvikling, det gjelder norsk bueskyting som helhet.

Derimot kan vi gjøre den «tunge» veien litt kortere ved samarbeid og kompromissvilje, f.eks. istedenfor «å gå sur».

MBW

OPPLYSNINGER FRA NBF:

NM SKIVE 1987 - NY DATO

Arrangøren av ovennevnte mesterskap, Romerike BU, meddeler at man av arrangementstekniske årsaker er nødt til å avholde mesterskapet den 8. august.

Dette medfører noen forandringer i terminlista. Ny, ajourført terminliste vil derfor følge i mars-nummeret.

UTTAK TIL EM INNENDØRS

Til ovennevnte mesterskap i Frankrike i februar har UK tatt ut Dag K. Paulsen, Stavanger BS

Han var den eneste skytter som klarte de oppsatte kvalifikasjonskravene.

NYE KLUBBER

Vi kan ønske to nye klubber velkommen i vårt forbund:

Hamarøy BK v/Knut Valle, 8276 Ulvsvåg (Nordland)
Skaland BK v/Gunnar Svendsen, 9385 Skaland (Troms)

Vi håper på et godt og aktivt samarbeid med disse klubber.

DOMMERKURS FOR KVINNER

Vårt andre dommerkurs for kvinner avholdes som kjent på Toppidretts-senteret i Oslo, og det har meldt seg 14 deltakere.

Deltakerne kommer fra syv kretser, dog er det bemerkelsesverdig få deltakere fra Østlandet.

KRETSFORMANNSMØTE

Det vil bli avholdt et kretsformannsmøte på Toppidretts-senteret i Oslo den 28. februar - 1. mars.

Kretsene/utvalgene tilsendes nærmere informasjon om møtets innhold.

KLUBBER MED JURILEUM I 1987

Vi kan gratulere

Solemskogen Bueskyttergruppe
Ålesund Helsesportslag

med 25-års jubileum i år.

Vi håper klubbene fortsatt vil sette spor etter seg i norsk bueskyting.

Frodig drivkraft

Av SIGURD IDAR GJERDE og
TERJE STØRKSEN (foto).

Navn: Johan Schrøder Lunde.
Alder: 63 år.
Yrke: Klokker/diakon.
Bopel: Skudeneshavn.

Det vil vekke glede hos svært mange, også blant folk som er bosatt utenfor Skudeneshavn, at kulturstyret i Karmøy har tildelt årets kommunale kulturpris på 4000 kroner til den høyst aktive og populære barne- og ungdomslederen Johan S. Lunde. Selv mener han at han ikke har gjort seg fortjent til den slags oppmerksomhet, og han er overrasket, men også glad og takknemlig for den heder og positive omtale som er blitt ham til del.

Selve prisutdelingen vil finne sted i Karmøy rådhus søndag 8.februar, og samtidig vil også årets vernepris bli tildelt Arne Myge, Kopervik. Hva Lunde vil benytte prisbeløpet til, har han ikke bestemt seg for ennå. – Jeg vil tenke meg godt om, sier han. Det er så mangt og mye som trenger på og krever fornuftig omtanke.

Det er ingen hemmelighet at fritidsklubben «Langskudd» har Lundes helt spesielle bevakning. Lunde kom til Skudenes og Skudeneshavn som klokker og diakon i 1962, og året etter tok han initiativet til starten av «Langskudd», som fra en sped begynnelse med 6-7 medlemmer, vokste raskt både i bredde og omfang.

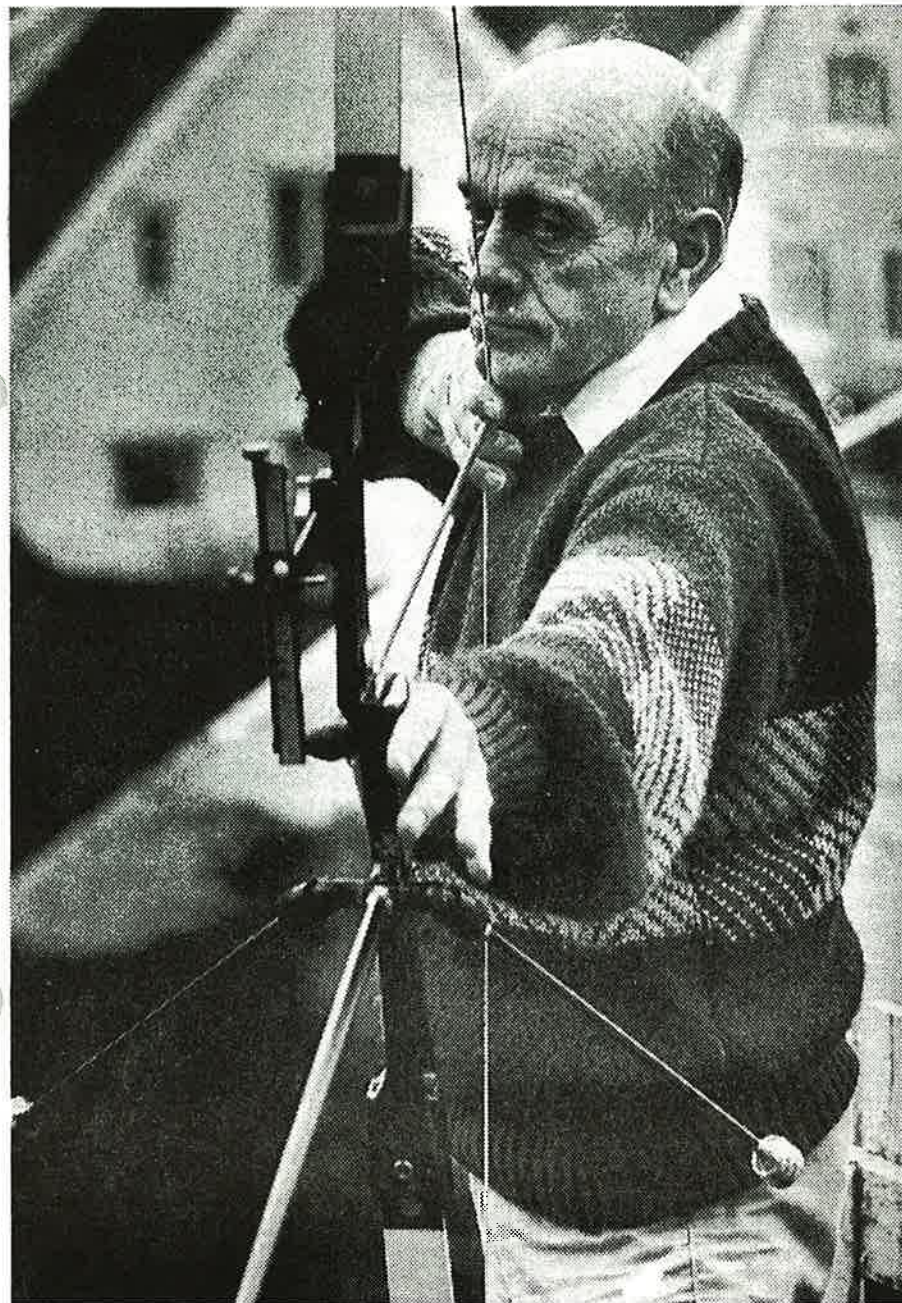
Ekstra fart i aktivitetene ble det etter at Lunde og hans mange unge og entusiastiske medspillere kunne ta i bruk den første bygningen på det prektige leirskoleområdet Fredtun nord for Skudeneshavn i 1970. Lunde var drivkraften bak Fredtun-prosjektet, som ble realisert gjennom en imponerende dugnadsinnsats. Fremdeles snakkes det på Karmøy varmt om den store fellesinnsatsen bak Fredtun-prosjektet.

– Jo, vi har mye å takke for, sier Johan S. Lunde, som gleder seg stort over den positive respons som leirskolen Fredtun har fått over hele Rogaland. Fredtun, som i de siste 15 årene er blitt gradvis utbygget i pakt med praktiske og økonomiske muligheter, tar i mot skoleklasser og andre grupper som ønsker å gjøre bruk av de muligheter som Fredtun kan tilby fra tidlig på vårparten til langt utpå høsten. Ofte er det tilløp til kødannelse på innkvarteringslistene, og den tendensen er man glad for, fordi det viser at Fredtun er liv laga.

Tenåringsklubben «Langskudd» driver sine aktiviteter på Fredtun. Om lag 50 gutter og jenter møtes titt og ofte til aktiviteter som bueskyting, ridning, seiling og padling. Særlig er den svært aktive bueskyttergruppa blitt kjent over hele landet etter flotte prestasjoner. NM-gull individuelt og for lag under årets mesterskap i Tromsø rager høyt, det samme gjør 20 norgesrekorder for juniorer i år. Så langt er 1986-sesongen klubbens beste.

Johan S. Lunde var dreng på Jæren under krigen, og han tenkte seg en framtid som bonde. Men det var blant mennesker i alle aldre han skulle komme til å så og høste. I likhet med to av sine brødre, utdannet han seg som diakon og tok sin eksamen i 1950. Etter å ha arbeidd i tre år på Rikshospitalet, dro han på hvalfangst i fem år på kokeriene «Abraham Larsen» og «Balaena», og deretter i tre år på hvalstasjonen Husvik Harbour på Sør-Georgia. Om noen uker det 25 år siden Johan S. Lunde kom til Karmøy og Skudenes som diakon og klokker.

I disse dager er han sykemeldt og rekonvalesent etter at han for noen uker siden falt og knuste den ene kneskålen under opprydding på Fredtun. Men 22. desember blir han antagelig friskmeldt, og fra da blir det vel å kjøre på toppgir igjen.



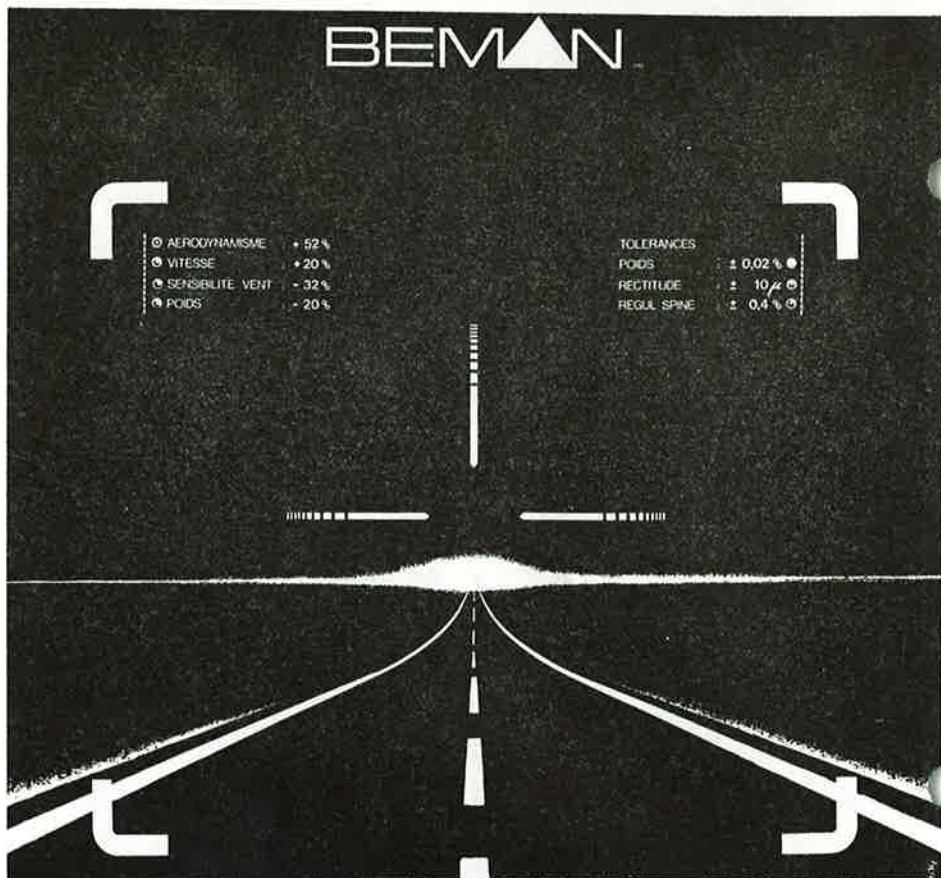
SKANDINAVISK BUREAU A.S



3812 AKKERHAUGEN - NORWAY

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

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



VI FØRER DEN NYE CARBONPILEN - DIVA

Hoyt/Easton

BEAR



JUNIORSTEVNE I TØNSBERG

25 juniorskyttere var samlet til dyst under TOB's 4. juniorstevne i klubbens treningslokale 29.11.86.

Larvik, Aurskog-Høland og Østerås stilte med et stort antall deltakere, og vi merket oss med glede flere nye ansikter. Et rent juniorstevne er en fin debut for unge skyttere, og vi oppfordrer herved andre klubber til å arrangere slike.

Under dommer-inspeksjonen viste det seg at et større antall skyttere stilte i ureglementert antrekk, - fargeglade gensere som reklamerte for både det ene og det andre. Vi henstiller til klubbstyrene rundt omkring å innskjerpe reglene m.h.t. tillatt antrekk. Møt helst opp i klubbgensere. Som dommere plikter vi å gjøre oppmerksom på dette ved antrekk- og utstyrskontrollen.

Det kan virke psykisk uheldig på de unge å få greie på at de møter i ureglementert antrekk. Derfor er det så viktig at skytterne blir informert i sin klubb, slik at de møter vel forberedt til stevnene.

Det var mye fin stil og positiv skyting å se på linjen, - og det ble personlige rekorder for enkelte. Se forøvrig resultatlisten nedenfor.

Med hilsen stevnets dommere:

	Carl Breng	Reidun Kronen	Rolf Østvold
D. jr.	1 Hilde Østvold	Aurskog-Høland	495 poeng
	2 Line Østvold	"	446 "
H. jr.	1 Knut Rognerud	Østerås	522 "
	2 Kjetil Grønn	Larvik	491 "
	3 Borger Kruge	"	483 "
	4 Amund Hestsveen	Aurskog-Høland	454 "
	5 Pål Teien	Larvik	427 "
	6 Lasse Grimstad	"	398 "
Y. jr.	1 Knut Corneliussen	Østerås	507 "
G/P	2 Per Chr. Stensgård	Sandefjord	492 "
	3 Hilde Hammer	Aurskog-Høland	444 "
	4 Inge Marthinsen	"	439 "
	5 Baard Lindberg	Tønsberg	438 "
	6 Erik Mikkelsen	Larvik	427 "
	7 Stian Havnås	Aurskog-Høland	404 "
	8 Are R. Hansen	Østerås	387 "
	9 Gotfred Berg	Larvik	368 "
	10 Håvard Øyen	Østerås	358 "
	11 Robert Vang	Larvik	353 "
	12 Svein A. Nilsen	Østerås	337 "
	13 Gjord Berg	Larvik	280 "
	14 Trond Edland	Tønsberg	254 "
Mini	1 Kim Kleven	Østerås	512 "
	2 Kristoffer Kleven	"	493 "
	3 Jacob C. Prebensen	"	485 "

SIEMENS

Ring Per på
tlf. nr. PER



Siemens nye mobiltelefon husker opptil 70 telefonnumre. Du behøver bare å huske riktig navn, så ringer telefonen automatisk for deg.

Ring (02) 15 30 90

SPORT

«BROREN» SLO TIL

Det ble svensk seier da Fredrikstad Bueskyttere igår arrangerte sitt tradisjonelle stevne «Bjørnungen». Da favoritten, Gøran Bjerndal, Lindome, skuffet, sto broren Gert klar til å overta. De to svenske skytterne fullfører begge verdens-toppene, og har en mengde prestasjoner å se tilbake på. Gøran har tidligere flere seire i «Bjørnungen» og «Bjørne-stevnets» på sommeren, mens Gert denne gang tok sin første seier i Fredrikstad.

AV TERJE ANTONSEN

Gert Bjerndal havnet til slutt på sterke 573 poeng etter sine 60 piler. Med dette var han 6 poeng foran Jan R. Skytteseter, Lillestrøm, som jo tilhører norges-toppene. Både Jan R. og den kvinnelige svenske overraskelsen, Siw Thulin, hadde god kontakt med Bjerndal midtveis i de siste 30 pilene, men på slutten ble Bjerndal for sterk. Siw Thulin ble til slutt nr. 3 med poengsummen 565. Dette er ny svensk damerekord.

Gert Bjerndal kunne etter stevnet fortelle at han og broren egentlig skulle skutt EM-uttagning i Fahn denne helgen. De valgte i stedet Fredrikstad. Delvis fordi det er et fint stevne, og delvis fordi veien fra Trollhattan er noe kortere til Fredrikstad enn til Fahlun. 31 år gamle Bjerndal startet opp med bueskyting allerede som 13-åring. I sin karriere har han rukket å få med seg 10 svenske



Jan R. Skytteseter (til venstre) gratulerer den sterke svensken, Gert Bjerndal, med seieren.

mesterskap, han vant felt-VM i 1984, og ble nr. 2 i årets VM i Østerrike. Videre gikk han til topps i World-Games i London i 1985. Broren, Gøran, er rangert som Sveriges beste, mens Gert ligger som nr. 3-4.

Det var ikke bare i A-klassen det ble levert god skyting. I B-klassen skjøt bare 15 år gamle Hilde Østvold, Aurskog, 546 poeng. Selv om dette «bare» holdt til 2. plass i klassen er dette ny norsk juniorrekord, og sannsynlig-

vis seniorrekord. Også i klassen for mini-junior fikk vi ny norsk rekord. Denne prestasjonen var det Kristoffer Kleven, Østerås, som sto for. Her skytes det på 15 meter, og rekordene lyder nå på 558 poeng. Totalt var det 85 skyttere som fullførte stevnet.

Severn Onem som kom best fra det. Han skjøt 540 poeng, og dette holdt til 3. plass i B-klassen.



HVA HAR KVINNEUTVALGET GJORT TIL NÅ?

- Det ble holdt et konstituerende møte den 4.4.86.
- Det er blitt arrangert Lederkurs for kvinner inkl. Aktivitetslederkurs i bueskyting.
- Presentert oss i Buestikka og direkte til klubber og kretser.
- Opprettet egen spalte i Buestikka. Denne kan også brukes som spørrespalte.
- Oppfordret alle klubber/kretser til å velge en kvinnekontakt og laget liste over de vi har fått. Vi mangler ennå mange.
- Planlagt og utarbeidet Sommerleir for kvinner. (Denne er blitt utsatt p.g.a. for liten deltagelse.)
- Deltatt 2 ganger på NIF's kvinnekongress den første tidlig på året, den andre den 19. og 20. oktober.
- Arrangert Dommerkurs for kvinner. (Her var interessen så stor at vi må arrangere et kurs til i begynnelsen av 1987).
- Sendt ut spørreskjema til deltakerene på Lederkurs for kvinner for bl.a. å få rede på om de har hatt praktisk nytte av kurset.
- Avholdt 4 styremøter.

Hilsen Kvinneutvalget

KJØP & SALG

Selges: Nishizawa 2880 carbon 68"/40 og 41#. (2 par lemmer.)

Commando crossbow 175# med en del piler og utstyr.

Tlf.: 035 53385 - Tom A. Løver.



ER VI ENGASJERTE NOK?

AV
HÅKON HASSELGÅRD

I siste nummer av Buestikka var det et meget godt innlegg av Ole Grindvik, Bergen. Innlegget etterlyste større engasjement og debatt omkring rekruttering av nye bueskyttere rundt om i klubbene og hvordan hver enkelt klubb skal kunne vokse og gi et godt tilbud til stedets befolkning. Grindvik stilte også spørsmål med tesen om at topputøvere automatisk vil gi flere rekrutter og større bredde i vår idrett.

Hvorfor blir ikke disse tingene debattert i Buestikka i større grad? Jeg slutter meg til ditt spørsmål: er bueskyttere flest ikke opptatt av dette, eller har vi skriveskrek?

Buestikka har de par siste årene «lagt på seg» og bringer artikler om trening og utstyr for bueskyttere, samt referater og resultater fra stevner i inn og utland. I tillegg kommer stoff fra kretsbesøk og en sjelden gang et innlegg fra en klubb og dens arbeid. Økningen i antall abonnenter og reaksjoner som redaktøren har mottatt, tyder på at de fleste mener det har funnet sted en positiv utvikling med bladet. Men, skal Buestikka bli enda bedre og fange opp meninger, ideer og problemer fra lokallag og medlemmer, er redaktøren totalt avhengig av innlegg om dette.

Gjennom mitt arbeide treffer jeg store deler av bueskytter-Norge og er oppmerksom på endel av de problemer klubbene sliter med. Dette har resultert i flere artikler fra min side, så som «Ønsker vi flere bueskyttere?» - «Krets og klubbarbeid» og «Bueskytterskole». Dette er temaer som opptar mange og snak-

es om skytterne imellom. Men, ofte blir det med snakket, saken blir i for liten grad satt på dagsorden i klubb og kretsmøter slik at tankene kan omformes til konkrete tiltak for å bedre forholdene. Og her tror jeg vi alle sammen må starte med oss selv, vi må ta opp tingene og prøve å finne løsninger i form av debatt i klubb og krets, og ikke minst følge Grindviks oppfordring: bruke Buestikka i langt større grad.

Om det er slik at enkelte har meninger og ideer men ikke tør å skrive innlegg, kan det kanskje være en ide å velge et klubbmedlem som klubbens talerør overfor lokalaviser, radio og Buestikka. Det er et faktum at lokalpressen dekker bueskyting langt bedre idag enn før. I tillegg har lokalradio også kommet til flere steder. Men de er selvfølgelig avhengig av et initiativ fra klubbene, de må få et tips om trening og stevner. Jeg har selv arbeidet i avis i mange år og kan forsikre den som synes at klubbens aktiviteter er for uanselige til å tas opp i avisen, om at dette ikke stemmer. 90 prosent av lokalavisene vil være takknemlige for tips og følge dette opp. Og er det aviser eller lokalradio som synes trege i starten, så gi ikke opp: i likhet med politikere så lar de seg påvirke.

Med håp om at også mitt innlegg kan føre til debatt eller være med på å gi ideer videre, vil jeg til slutt minne om det aller viktigste i arbeidet med å beholde eller skaffe nye bueskyttere: At hver enkelt av oss er villige til å legge bort vår egen bue noen minutter og virkelig hjelpe den som trenger det, slik at frasen om «godt miljø» blir til virkelighet i klubben.

Småplukk

- Brødrene Göran og Gert Bjerendal tok de to første plassene i Moss BS storstevne den 23/11 over 25 og 18 meters avstand. Görans resultat på 1158 p. er absolutt på høyden internasjonalt, mens Gert's 1140 p. er mer "normalt". Han fikk da også følge "til døra" av Kai Svingen på 1139 p. Forøvrig heller ordinære resultater av våre beste utøvere.
- Oslo Bueskytterkrets' kveldsstevne den 2/12 ga en liten fjær i hatten for Jan R. Skyttsøter som ble eneste skytter over 560 p. (563 p.) på denne 18-meteren. Det deltok forøvrig såpass mange som 34 deltakere.
- Thor-Wiggo Skille var helt uten konkurranse i Bodø den 6/12 og nådde 1101 p.
- Magnar Smørdal fra Eid IL feide likeledes all tvil tilside i Skavøypoll den 7/12 emd sine 560 p.
- Etter gode 1256 p. på "utendørsrunden" i Drammen i slutten av november var Jon Jystad tilbake i hverdagen bokstavelig talt den 10/12. Han fikk 555 p. på 18m i moderklubbens eget stevne.
- Fortsatt mye BK Langskudd i Rogaland; Tommy Christensen best igjen den 13/12 i Ålgård; 1070 p. - tre foran klubbkamerat Svein T. Anglevik.
- Vi har registrert følgende overraskelser/"bomber" i Norges-cupen:
Aurskog/Høland: Lars Jacobsen slått ut i innledningen i junior-klassen. Lars Gulliksen tilslutt kvalifisert for kretsfinale.
Moss BS: Videre i seniorklassen: Bjarne Karlsen !!!!!
Lillestrøm & OB: Vinner i herrenes seniorklasse: Aasmund Tokle ! (Odds: 1:882)
Sp.kl. Vidar: Anne Lannem slo ut Anne Kronen i knivskarp duell.

KLUBBAVIS

Noen (få?) av klubbene våre har en egen "klubbavis", og av og til dumper det ned et eksemplar hos NRF sentralt.

Det er med stor glede jeg leser disse bladene, ikke bare fordi jeg dermed får vite noe om klubben, men også fordi bladene virkelig er gode.

Det er jo slik med oss mennesker at de nære ting gjerne interesserer mest og en klubbavis vil dermed fange oppmerksomheten og kunne være et viktig bidrag til et godt klubbmiljø.

En av de klubber som virkelig har fått sving på medlemsbladet sitt, er Aurskog-Høland BS - "og der står en kvinne bak":

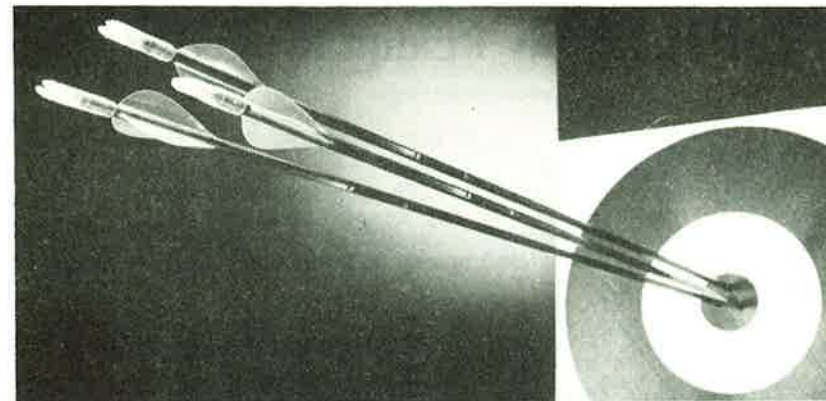
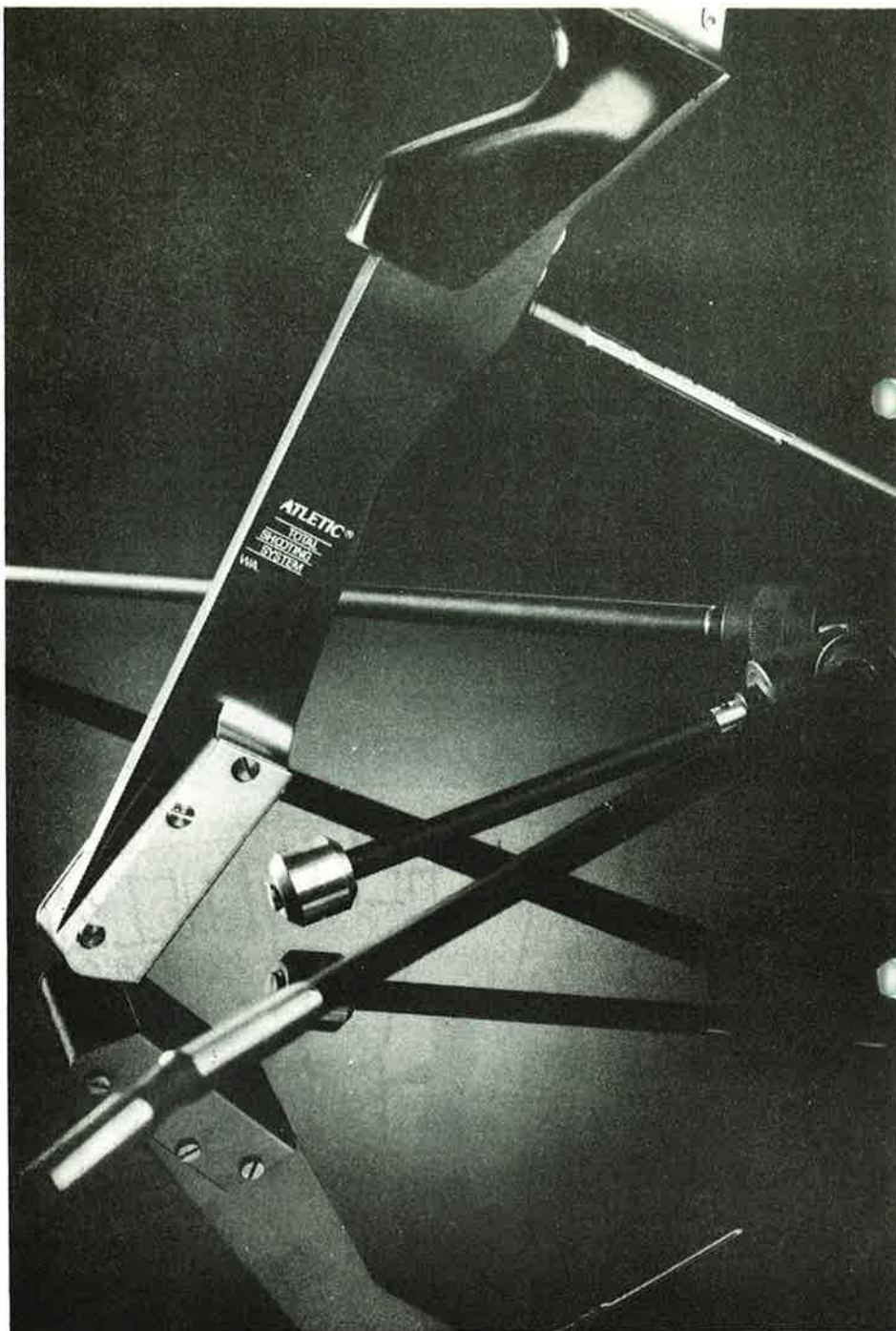
LINE ØSTVOLD

som hittil har stått for 8 utgaver.

Hun har all ære av "Wilhelm-posten", for et blad gjør seg ikke selv (det vet undertegnede)

MBW





DIVA carbon-piler fra BEMAN, Frankrike

DIVA: en ny pil fremstilt av kullfiber etter en helt ny prosess. Den nye fremstillingsmetoden gjør pilen meget stiv, hvilket igjen betyr at skaftets diameter kan reduseres betydelig.

For skytteren er mulighetene for bedre resultater helt klare:

- 1) Hastigheten når pilen forlater buen, økes vesentlig.
- 2) Pilens oppretningsevne en enestående god. DIVA-pilen følger den direkte «vei» mot sentrum.

BROSJYRE OG TEKNISK BESKRIVELSE PÅ DANSK KAN REKVIRERES

Forhandling og service i Scandinavia: DANAGE bueskyttemateriel.

ATLETIC total shooting system fra Winnetou Archery, Frankrike

ATLETIC-buen er en utradisjonell bue konstruert av en erfaren bueskytter som kjenner betingelsene for toppresultater. Med anvendelsen av den nyeste teknologi ved fremstillingen, er ATLETIC-buen blitt den optimale løsning.

Det er imidlertid ikke bare buen som er spesiell. Stabiliseringen fra Winnetou Archery er også noe man kun behøver å prøve én gang - så er man overbevist!

BROSJYRE PÅ DANSK KAN REKVIRERES

Eneforhandling og service i Scandinavia: DANAGE bueskyttemateriel.



DANAGE bueskyttemateriel

SUNDSNÆS 2 · DK-6300 GRÅSTEN · TELEFON 04 65 26 26

INSPILL! av Reidun Kronen

Kjære bueskyttere !

Ett nytt år! Ny innsats! - Ny innstilling ?

Da vi gikk på skolen og skulle opp til eksamen, - hvem hadde vi å stole på da ?

Jo, inntvertfall i min tid; meg selv.

At jeg hadde lært lekse mi. At skrivesaker etc., - materiellet - var i orden var en selvfølge.

Resultatene: karakterene, - sto som regel i forhold til den innsatsen jeg hadde lagt ned i form av lekselesing/arbeid.

Skal vi sammenligne med bueskyting;

ett hvert stevne er en "eksamen".

Men, hva skjer ?

Jo, går det dårlig så skylder vi på utstyret, formen, - eller helst treneren ! Særlig hvis vi har kommet et hakk oppover stigen.

Dette er et fenomen som vi ikke bare ser i bueskyting - det går igjen også i andre idretter, - men det er her det berører oss.

Det har vært slik så lenge jeg har vært med, - og jeg kan feire 20-årsjubileum som bueskytter nå i januar.

Det er mye som kreves av en trener - som oftest er en aktiv skytter selv - :

Treneren har som oppgave å være med å planlegge, instruere, gi råd og veiledning, oppmuntre, følge opp, og ikke minst - prøve å hjelpe skytteren til å bli mest mulig selvstendig!

Men, har du tenkt over at til syvende og sist så er det en person som det hele avhenger av -

SKYTTEREN SELV.

- Hva er din målsetting ?
- Hvordan har du som skytter fulgt treningsopplegget ?
- Hvilke krav har du satt til deg selv ?

Kort sagt: - Har du lært lekse di ?

Det er kun en person som kan

- skyte pilene
- oppnå de gode resultatene
- sette norske rekorder
- ta medaljer i norgesmesterskap
- ta medaljer i Nordiske mesterskap etc.

nemlig:

SKYTTEREN SELV !

Når det gjelder norske treneres kvaliteter har jeg fått følgende uttalelser fra utenlandske trenere og lagledere:

"Det er ikke noe som mangler de norske trenerne, de er flinke nok - dere trenger ikke å importere noen."

Derfor: - skyt ikke på treneren !

- vær ærlig, stikk fingeren i jorda, still minst like store krav til DEG SELV som du stiller til andre.

Det er du selv som må skyte pilene, - derfor er det deg selv du kritisk må vurdere dersom resultatene ikke står i forhold til dine forventninger.

Med tanke på at vi skal arrangere Nordisk jakt/felt i Loen i år vil jeg tillate meg å komme med et godt råd: Tren fysisk kondisjon!

Vi som var med og skjøt N.M. J/F -83 i Loen husker hvordan banene var da, - men jeg har vært med og gått i det terrenget hvor Nordisk skal gå - og jeg garanterer at banene blir krevende. Derfor - alle dere som håper på å ha noen som helst mulighet for å kvalifisere dere, - sett igang nå, tren fysisk! Her blir det ikke tid til å stå og hvile, - og ta seg igjen, for da vil man trenge en pause foran hvert mål, - og til det blir nok dagene for korte.

Mitt ønske for det nye året er:

"Framgang og gode resultater for hver enkelt bueskytter !

Framgang for bueskyttersporten i Norge

- på klubbplan
- på krets/utvalgsplan
- på landsplan !"

Reidun
Reidun

GJØR SOM

NORGES BUESKYTTERFORBUND

BRUK WINGE REISEBUREAU

DU OGSÅ

Storgt. 50, Postboks 83, 3251 Larvik

WINGE
REISEBUREAU