

Buestikka

MEDLEMSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

22. årg.

Nr. 10

Desember-96



***Cato Eide -
"Best i (Bærums-) test"***

Redaksjon:
Norges Bueskytterforbund
Hauger Skolevei 1, 1351 Rud
Postgirokonto: 0806.3075710
Bankgirokonto: 5134.06.05997

Redaktør:
Morten B. Wilmann. Tlf. 67 15 46 95
Fax. nr. 67 15 49 21.

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

Årsabonnement: Kr. 100,-.
Stoff må være redaktøren i hende
senest den 25. i måneden før bladet
sendes ut.

Annonse satser: 1/1-side kr. 500,-
1/2-side kr. 250,-
1/4-side kr. 125,-

Stevneannonser: Halv pris

Innholds- fortegnelse

| | |
|---|----|
| Redaktørens spalte..... | 2 |
| Presidenten har ordet | 3 |
| Opplysninger fra NBF..... | 5 |
| Bærumstreffen..... | 6 |
| Abonnement på Buestikka-97.. | 8 |
| Rapportering av medlemstall.... | 8 |
| Spennende "Face to Face"..... | 10 |
| Juniorkorrespondanseserien..... | 11 |
| "Oppdal så klart!" | 13 |
| Småplukk..... | 14 |
| Litt fra treningssamling av Stensby..... | 18 |
| Merkekrav for FITA's feltmerker | 19 |
| Pengepremier innføres!..... | 20 |
| Stevner..... | 21 |
| Vi sakser: Mental trening | 26 |
| Aktivitetsstatistikk | 30 |
| Vi sakser fra Vestnes Avis | 31 |
| Korrigeringer til Compoundtoppen | 31 |
| Klubbaktivitet 1996..... | 32 |
| Kjøp & Salg | 34 |



FORBUNDS- ØKONOMI

NBF har de siste to årene mottatt betydelig mindre tilskudd fra Norges Idrettsforbund, delvis fordi det gis mindre direkte midler og mer til prosjektrettede tiltak (fordel for større idretter med mer ressurser), men også fordi det er blitt lagt mer vekt på antall medlemmer i forbundene.

På sentralt hold arbeides det svært aktivt for å endre slike kriterier som yterligere belaster de små forbund (antall medlemmer har ingen - eller helt marginal - betydning for den sentrale driften av et særforbund), men inntil vi måtte lykkes i vår streben, må vi forholde oss til realitetene.

Denne utgaven av bladet har mye stoff omkring antall medlemmer, fordi dette er "kritisk" for oss. Antall medlemmer er også avgjørende for størrelsen på avgiftene fra klubbene. Man kan diskutere hvorvidt man burde knytte avgifter opp mot klubbens totale medlemstall, men nå er det gjort et vedtak for 1997 - og derfor er det viktig at man ser, og forstår, sammenhengene.

Les derfor "Presidenten har ordet" godt - for mindre inntekter gir økte avgifter i neste omgang, hvis aktiviteten (deltakelse i internasjonale mesterskap, toppidrettssatsing, juniorsatsing, tilskudd til nye klubber, kurs- og opplæring i kretsregi etc.) skal opprettholdes....

Presidenten har ordet



15. JANUAR 1997

Tittelen er valgt for å vekke nysgjerrighet. Hva er så spesielt med 15. januar 1997. Jo, den datoen blir en av de aller viktigste for norsk bueskyting neste år.

15. januar er fristen for klubbens innrapportering til NIF (Norges Idrettsforbund) over antall medlemmer. Det er helt avgjørende for klubbene og forbundets fremtid at de korrekte tall blir innrapportert, og jeg viser til egen artikkel om saken et annet sted i dette nummer. Tildelingen fra NIF bygger på medlemsmasse og aktivitet hvorav medlemstallet og økning eller nedgang i dette er den vesentligste faktor. Vår handlingsplan vedtatt på tinget i 1995, har derfor rekruttering som sitt fremste mål.

De siste to år har vi til tross for økning i både antall medlemmer og aktivitet fått nedskjæringer fra NIF på ca. 200.000,- eller 20 %. Dette taler sitt tydelige språk. Vi må derfor øke vår medlemsmasse i betydelig grad for å få tildelt de midler vi trenger for å opprettholde aktiviteten. Nedgangen i sentrale tildelinger dannet da også bakgrunn for tingets vedtak om innføring av avgifter til forbundet. Vår økonomi vil derfor rammes ekstra hardt om vi mister medlemmer. Klubbene vil få redusert kommunale tilskudd og forbundet vil få mindre fra både NIF og klubber.

Jeg føler selv at dette blir en noe alvorstung leder oppunder jul, men jeg har et sterkt behov av å minne om de reelle fakta i virkelighetens verden. - Så er det gjort.

Jeg vil ønske alle Buestikkas lesere en RIKTIG GOD JUL. Legg buen tilside noen dager. Samvær og pleie av familie og venner er langt viktigere i julehøytiden.

Noen gode compoundbuer i mellom pris-klassen:

| | |
|------------------------------|-----------|
| Pro Line, Carbon, Recurve | kr. 4.250 |
| Darton Viper, energiwheel | kr. 3.600 |
| Mathews "Solocam" Ultralight | kr. 4.400 |

Forøvrig:

God jul og
og godt nytt år!

Per K. Egrem

SPECIALFORRETNING FOR BUESKYTTEREN

Frostvedtveien 70, 3259 Larvik
Telefon 331 15257
Fax. 331 15030

Opplysninger fra NBF

NY KLUBB

Vi kan ønske en ny klubb velkommen:

Namsos og Omegn Handicapidrettslag (Nord-Trøndelag)
v/Arild Thorsen, Boks 377, 7800 Namsos

Vi håper på et godt og aktivt samarbeid med klubben.

UTTAK

VM Innendørs i Tyrkia.
Vi viser til tidligere opplysninger om uttakskrav, og kan nå opplyse at det vil bli direkte uttak ved stevne i Fredrikstad 23/2 - dersom flere skyttere enn budsjettert klarer uttakskravene. Kravene må være oppnådd før stevnet i Fredrikstad.

Nordisk Mesterskap for handicappede i Island.
Dette mesterskapet avholdes 11-13. april og det tas sikte på å kunne delta i såvel compound som olympiske klasser. For uttak vil det bli lagt vekt på resultatene oppnådd på stevner fram t.o.m. NM i Sandefjord 15-16. mars.

HUMMEL-AVTALEN

Vi viser til vår utstyrsavtale med firmaet Hummel Norge AS, der våre klubber kan anskaffe treningstøy med 50% rabatt.

Ettersom den siste internasjonale bueskytterkongressen åpnet for flere sponsorer innenfor 400cm² pr plagg, er spørsmålet dukket opp hvorvidt merket HUMMEL - i lys av avtalen - kan betraktes som reklame (og ikke varemerke, som jo har strengere begrensning på størrelse). Etter drøfting med Lovkomiteens leder er man kommet fram til at vår avtale med Hummel Norge AS åpner for å betrakte dette som reklame, og dermed øker også Hummels utvalg av treningstøy som kan benyttes av bueskytterklubbene.

Vi minner om at avtale gjelder også for 1997 og at aktuelle kataloger og prislister kan fås fra Forbundskontoret.

Foruten å anbefale klubbene å benytte mulighetene som avtalen gir, vil vi også peke på det "langt bedre inntrykk" som klubb-antrekk gir ved våre konkurranser (og kanskje også litt mer "lagånd"?).

Bærumstreffen: Cato Eide til topps

I forbindelse med årets "Bærumstreffen" i Nadderudhallen utenfor Oslo var det lagt inn en match i matchen - idet Cato Eide og Morten Bø skulle skyte om en ledig plass til en større turnering i Nederland. Naturlig nok tiltrakk dette seg mest oppmerksomhet, i det minste i startfasen. Imidlertid festet Cato Eide tidlig et "3-poengsgrep", som økte til 4 poeng halvveis og 7 poeng til slutt. 583 p. mot 576 p. I mellom disse to konkurrentene snek svenske Per Karlsson seg inn (578 p.)



Wenche-Lin
Hess
- sikrere
enn før?

Snaut 60 skyttere møtte til start, deriblant en liten koloni fra Karlstad BK, og vi fikk se flere ferske fjes. Det var også gledelig at kvinneandelen denne gang lå noe over de "vanlige" 10%. En spesielt god innsats for det "annet kjønn" representerte Wenche Hess. Etter å ha blitt fulgt av Bjørn Mikalsen, Spkl. Vidar, gjennom hele "første omgang" - 278 mot 277 - sa hun takk for følget ved å øke treffprosenten (i krysset) betydelig og vant kl. A på 563 p.

Håkon Lunow, Østerås, vant Yjr.Olympisk - men resultatet på 516p kan bare regnes som et utgangspunkt for en betydelig økning utover året.

Klasse UA er nevnt, men også de andre compoundklassene kunne skilte med lovende resultater. Arrangørens egen Jarle Larsen og Espen Skogdal, Østerås, kjempet hardt og lenge om seier i kl. UB. Førstnevnte viste imidlertid best "stayerevne" og vant på 556 p. Mer overraskende - og selvsagt hyggelig - var



Stein O. Berg
- uortodoks,
men effektiv.

det at ferske Stein O. Berg, Hamar, nådde hele 551 p. og vant UC.

Vi registrerer også en lovende start på Wilfred Fowler, Hønefoss, som vant UD på 541 p.

I Yjr.C fikk vi en artig duell mellom Simen Pedersen, Hamar og svenske Mikaela Johannesson (Karlstad), der den svenske ungjenta ledet med noen få poeng ved pause, men ble innhentet i løpet av de siste pilene og måtte tåle tap av førsteplassen med 539 p mot 540 p.

| | | |
|-----------------------------|-----------------------------|--------|
| Resultater for de beste: | Olympisk A: | |
| | Wenche Hess, Horten | 563 p. |
| | Bjørn Mikalsen, Spkl. Vidar | 549 p. |
| | Jan Stensby, Hønefoss | 547 p. |
| | Olympisk B: | |
| | James Hope, Drammen | 541 p. |
| | Tommy Berntsen, LOB | 500 p. |
| | Olympisk C: | |
| | Roy Hviding, LOB | 515 p. |
| | Tore Klumsten, LOB | 512 p. |
| | Vidar Korsmo, Spkl Vidar | 495 p. |



Roy Hviding
med en god serie,
kanskje den som
avgjorde.....?

| | |
|--|--------------------------------------|
| Olympisk D: Lisbeth Wilhelmsen, Spkl. Vidar | 471 p. |
| Olympisk Y.jr.: Håkon Lunow, Østerås BS Henrik Smith, Østerås BS | 516 p. 503 p. |
| Compound A: Cato Eide, Horten Per Karlsson, Karlstad Sverige Morten Bøe, Sandefjord Dan Sødersten, Karlstad Sverige | 583 p. 578 p. 577 p. 572 p. |
| Compound B: Jarle Larsen, Bærum BS Espen Skogdal, Østerås BS Jaran Stenvik, Spkl Vidar | 556 p. 548 p. 548 p. |
| Compound C: Stein O. Berg, Hamar BS Reidar Randen, Ullensaker BK | 551 p. 544 p. |
| Compound D: Wilfred Fowler, Hønefoss Leo Raastad jr, Gjerdrum HL | 541 p. 502 p. |
| Compound Yjr.: Simen Pedersen, Hamar BS Mikaela Johannesson, Karlstad Sverige Morten Engen, Hamar BS Jeremy Buczhowsky, Spkl Vidar | 540 p. 539 p. 524 p. 522 p. |

Abonnement 1997

For å ligge litt i forkant av begivenhetene, kan det opplyses at prisen på Buestikka "ligger fast" i 1997 - på kr. 100,-.

Denne opplysningen burde være av interesse for alle klubbene som kalkulerer bladet i sin medlemskontingent (=ett blad pr. husstand). For disse er prisen kr. 60,-. Vi ber disse klubbene så tidlig som mulig å sende inn en oversikt over abonnentene for 1997, hvorefter klubben vil bli fakturert for det samlede antall.

Vi minner de klubber som ennå ikke "har fått orden på systemet", om at NBF's Ting har vedtatt en Handlingsplan der abonnement som et ledd i klubbkontingenten er en av virkemidlene. Dette burde forplikte.....

Rapportering av medlemstall

Om ikke lenge vil alle norske idrettslag motta rapportskjema fra idrettskretsene, der medlemstallet skal oppgis. En riktig utfylling av dette skjemaet er **MEGET** viktig for Norges Bueskytterforbund, og det har direkte betydning for tildeling av midler til vårt forbund.

Er det vanskelig å fylle ut? Nei, men det er lett å gjøre feil av stor betydning. Vi har erfaring for at særlig fleridrettslag og helsesportslag ikke fyller skjemaet korrekt ut.

La oss se på et eksempel nedenfor;

NORGES IDRETTSFORBUND Svarfrist innen: 15.1.1995

RAPPORTSKJEMA PR. 31/12-1994

Skjemaet returneres til:

| | | | |
|-----------------|--|----------|-----------|
| Idrettslag: | Adresse: | Postnr.: | Poststed: |
| Klubb: | Korrigeringer pr. 31/12-1994, hvis opplysningene til venstre ikke er korrekte: | | |
| Namn: | Namn: | | |
| Adresse: | Adresse: | | |
| Adresse: | Adresse: | | |
| Postnr.: | Postnr.: | | |
| Kontingent til: | | | |

| Antall medlemmer: | Kvinner | | | Menn | | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------|------------|-----------|------------|------------|----|
| | 0 - 12 år | 13 - 16 år | 17 - eldre | 0 - 12 år | 13 - 16 år | 17 - eldre | |
| Medlemskap klubb totalt (1) | | 26 | 54 | | 12 | 62 | |
| Kode | Medlemskap særforbund/aktiviteter | | | | | | |
| | Handicapidrett (2) | | 26 | 53 | | 8 | 60 |
| | Bueskyting (3) | | | 5 | | 5 | 29 |

- Her fyller klubben ut sitt totale medlemstall (de som betaler kontingent). For fleridrettslagene vil dette si både de medlemmer som driver f.eks. fri-idrett og de som driver bueskyting.
- I denne rubrikken er gjerne idrettene/aktivitetene forhåndsutfyllt på skjemaet (f.eks. fri-idrett, bueskyting, fotball etc.) og her skal det fylles ut det antall aktive som driver hver idrett. Hvem er aktiv? Se nedenfor.
- Det kan hende at aktiviteten ikke er oppført på forhånd, og da må dere sørge for at dette påføres.

I og med at enkelte mennesker driver flere aktiviteter, kan det altså hende at medlemstallet i rubrikkene 2 og 3 blir høyere enn det totale medlemstall. Dette er riktig!

Aktiv

Det er av største viktighet for oss at man forstår hva dette begrepet innebærer. **DETTE HAR INGEN TING MED STEVNEDELTADELSE Å GJØRE!**

Det antall aktive som skal føres opp under Bueskyting, er som følger:

- alle som én gang i løpet av året har skutt én pil, enten dette har skjedd på trening eller hjemme i kjelleren.

- alle som én gang i løpet av året har fungert som funksjonær, trener, leder, dommer, deltatt i dugnad, hjulpet med transport etc. **DETTE GJELDER OGSÅ ALLE DEM SOM HJELPER TIL MED Å TILRETTELEGGJE FOR BUESKYTING** (i handicapidrettslag og helsesportslag vil dette være personer som ellers ikke har noen tilknytning til bueskyting, men som er "aktiv" hos oss i denne sammenhengen).

- alle som har et tillitsverv av kort eller lang varighet i klubb/krets/forbund; medlem av styret, en arrangementskomite, en festkomite etc.

Det gjelder også dem som behandler mottatt post fra NBF, slik at alle fleridrettslag som er medlem i vårt forbund **MÅ HA MINST ETT MEDLEM** under rubrikk 3.

Dersom du ikke er den som fyller ut skjemaet, sørg for å gi de riktige informasjonen til rett person.

Spennende med "Face-to Face"!

Årets første utgave av Buestikka inneholdt et innslag om en relativt ny konkurranseform kalt "Face-to-Face". Nylig prøvde Stavanger BS ut denne runden på et uapprobert kveldsstevne som gikk over to onsdager, 23/10 og 30/10.

Vi plasserte alle deltakerne i en og samme klasse uavhengig av divisjon og nivå for å få gjennomført runden med bare ti deltakere. Nivåforskjellen ble utjevnet ved at vi delte ut handicap-poeng med utgangspunkt i hvilke klasser de forskjellige skytterne vanligvis konkurrerer i. Disse tilleggspoengene ble lagt til summen av hver trepillserie, men gjalt ikke ved "shoot-off".

Handicappoengene var som følger: OA og UA - 0 p., UB - 0,5 p., OB - 1 p., UC - 1,5 p., OC - 2 p.

Med dette som utgangspunkt var det duket for en rekke nervepirrende dueller og en del overraskelser. Arrangøren fikk flere positive tilbakemeldinger om denne, for oss nye konkurranseformen.

Resultatliste med respektive klasser i parantes:

1. Paul H. Paulsen (UB)
2. Harald Kværnstrøm (OA)
3. Helge Johansen (UA)
4. Oddvar Figved (OB)
5. Bernt Erik Fløyelsvik (OB)
6. Håvard Kommedal (OA)
7. Gunnar Fykse (OA)
8. Martin Figved (OB)
9. Henki Aarrestad (OB)
10. Linn Mari Figved (OC)

Med hilsen Håvard Kommedal

NBF's Juniorkorrespondanseserie 1996-97

| Plass | Navn | Klubb | Klasse | Blink st | Avstand | Nov | Des | Jan | Feb | Mars | Sum |
|-------|----------------------|------------------|-----------|----------|---------|-----|-----|-----|-----|------|-----|
| 1 | Magnus P Stein | Førde BS | H jr OL | 40 cm | 18 m | 556 | | | | | 556 |
| 2 | Ole P Willassen | Fredrikstad BS | H jr OL | 40 cm | 18 m | 539 | | | | | 539 |
| 3 | Tommy Bernsten | Lillestrøm&O BS | H jr OL | 40 cm | 18 m | 537 | | | | | 537 |
| 4 | Børre Lilledahl | Lillestrøm&O BS | H jr OL | 40 cm | 18 m | 537 | | | | | 537 |
| 5 | Petter Berland | Klepp KFUM/K | H jr OL | 40 cm | 18 m | 536 | | | | | 536 |
| 6 | Bent Erik Fløyelsvik | Klepp KFUM/K | H jr OL | 40 cm | 18 m | 525 | | | | | 525 |
| 7 | Håkon Stafne | Stokkøy IL BS | H jr OL | 40 cm | 18 m | 410 | | | | | 410 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Linn Mari Figved | Klepp KFUM/K | D jr OL | 40 cm | 18 m | 505 | | | | | 505 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Jens Kr Solem | Ørlandet H SL | H jr Com | trippel | 18 m | 556 | | | | | 556 |
| 2 | Jostein Sundgård | Stokkøy IL BS | H jr Com | trippel | 18 m | 552 | | | | | 552 |
| 3 | Michael Sundet | Stokkøy IL BS | H jr Com | trippel | 18 m | 493 | | | | | 493 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Robin Idland Kruger | Larvik BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 538 | | | | | 538 |
| 2 | Lars H Nilsen | Fredrikstad BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 532 | | | | | 532 |
| 3 | Hugo Winther | Stokkøy IL BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 521 | | | | | 521 |
| 4 | Espen Gangsø | Vågsøy BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 509 | | | | | 509 |
| 5 | Kenneth Edvardsen | Vågsøy BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 500 | | | | | 500 |
| 6 | Terje Lunde | Larvik BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 464 | | | | | 464 |
| 7 | Wathana Myhre | Vågsøy BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 444 | | | | | 444 |
| 8 | Vegard Hansen | Lillehammer BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 407 | | | | | 407 |
| 9 | Marius Wester | IL Stålkam BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 378 | | | | | 378 |
| 10 | Andre Fellinghaug | Stokkøy IL BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 372 | | | | | 372 |
| 11 | Per E Hageland | Vågsøy BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 350 | | | | | 350 |
| 12 | Daniel Johansen | IL Stålkam BS | G yj OL | 60 cm | 18 m | 312 | | | | | 312 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Rune R Svendsen | Stord BS | G yjr com | 40 cm | 18 m | 547 | | | | | 547 |
| 2 | Robert Ytterland | Ørlandet H SL | G yjr com | 40 cm | 18 m | 545 | | | | | 545 |
| 3 | Eivind Svendsen | Lillestrøm& O BS | G yjr com | 40 cm | 18 m | 540 | | | | | 540 |
| 4 | Morten Fordelsen | IL Stålkam BS | G yjr com | 40 cm | 18 m | 374 | | | | | 374 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Kirsten M Næsset | Notodden BS | P yjr com | 40 cm | 18 m | 369 | | | | | 369 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Roddy Dahl | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 450 | | | | | 450 |
| 2 | Alf H Skjærvik | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 394 | | | | | 394 |
| 3 | Torbjørn Rønning | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 368 | | | | | 368 |
| 4 | Fredrik Dehlin | IL Stålkam BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 355 | | | | | 355 |
| 5 | Rudi Håkensen | IL Stålkam BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 343 | | | | | 343 |
| 6 | Kathrine Skjærvik | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 326 | | | | | 326 |
| 7 | Elena Strand | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 326 | | | | | 326 |
| 8 | Bo A Skjærvik | Lillehammer BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 313 | | | | | 313 |
| 9 | Aleks Andreassen | IL Stålkam BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 281 | | | | | 281 |
| 10 | Marie Skjærvik | Stokkøy IL BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 267 | | | | | 267 |
| 11 | Tom Styve | Lillehammer BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 254 | | | | | 254 |
| 12 | Lars Kr Pedersen | IL Stålkam BS | Mini Jr | 60 cm | 12 m | 130 | | | | | 130 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Rune Johansen | Klepp KFUM/K | Nyb com | 60 cm | 12 m | 516 | | | | | 516 |
| 2 | Ståle Skjæret | Ørlandet H SL | Nyb com | 60 cm | 12 m | 335 | | | | | 335 |
| | | | | | | | | | | | |
| 1 | Martin Kjendal | Larvik BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 506 | | | | | 506 |
| 2 | Johan H Engen | Aurskog Høland | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 486 | | | | | 486 |
| 3 | Thomas P Gran | Stord BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 477 | | | | | 477 |
| 4 | A W Steinhott | Larvik BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 469 | | | | | 469 |
| 5 | Nikolai L Rauan | Larvik BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 451 | | | | | 451 |
| 6 | Y Solås Nesse | Stord BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 430 | | | | | 430 |
| 7 | Anders Kvarme | Stord BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 419 | | | | | 419 |
| 8 | Anders Våge | Stord BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 419 | | | | | 419 |
| 9 | Arne Skåntorp | Larvik BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 296 | | | | | 296 |
| 10 | Roar B Hauge | Larvik BS | Nyb OL | 60 cm | 12 m | 189 | | | | | 189 |



Premier
Medaljer



Startnummer



Merker
Profilering
1996-97



aksess
Verpetveien 30, N-1540 Vestby
Tlf.: 64 95 13 60 • Fax: 64 95 22 89

"Oppdal så klart"

Sola gyllet, høstgule farger og nysnøen lyste på Trollheimens mektige topper og tinder siste helga i oktober, da Torstein Olsen og undertegnede besøkte den meget driftige klubben Vollan I.K. for å holde en bueskytterskole. Hele 17 deltakere med ikke mindre enn 5 staute jenter deltok på kurset.

Interessen for bueskyting i Oppdalsbygda er f.t. så stor at laget har foreløpig stopp med inn- tak - inntil et større lokale kan skaffes.

Interessen for læring var stor og vi brukte nærmere en time til å oppsummere. Da var det ikke bare kursinnholdet som sto på tapetet, men en masse andre ting, så som avvikling av stevner og hva er nå egentlig jakt/feltskyting for noe?

Alt ble besvart på beste måte.

Det sosiale innen laget er forbillig - heldige som de er med adgang til skolekjøkken vegg i vegg med skytelokalet.

Mange er med om å dra lasset, men jeg håper at jeg ikke går noen i næringen når jeg trekker fram Kari Hoel (f. Farsund i Førde, men godt gift i Oppdal), som en drivende kraft også da det til stunder buttet i mot. På forespørsel fra lagsformannen sa 8-9 deltakere seg interessert i å delta i Bueskytterskole III, som vår Bueskytterkrets med Roald Kjer- vågsund i spissen skal avvikle på Ørland helga 7.-8.- desember.

Og tanntråd til surring vil det neppe bli mangel på, da bygdas populære tannlege Per Asphaug også var en av våre "elever"!

Eivind Engen



Deltakerne på
Bueskytterskole
i Oppdal.

Fam. Hoel
"Primus Motor(er)
i Oppdal!

Småplukk

- Wenche-Lin Hess er blant de "utvalgte" til å delta i et toppidrettsprosjekt for kvinner i regi av Norge Olympiske Komite. Prosjektet går over flere år, og det betyr forhåpentligvis at Wenche vil fortsette å satse for fullt.....
- Fredrikstad 24/10 -18m. Torsdagsserien i Østfold har tatt til igjen, og Bård Nesteng "startet best". Det ble 576 p. slik at Olympisk Divisjon dennegang sto for høyeste poengsum. Ikke all verden i Compound altså, tross normalt sterk deltakelse. Vi trekker helst fram Kjetil Baltzersen, Moss HIL, som vant C-klassen på lovende 554 p.
- Harstad 2/11 -18m. Bra deltakelse i sesongåpningen i Nord, der særlig Gunvald Storelv's førsterunde på 570 p. ble lagt merke til. Resultatene for de beste ble:

| | |
|---|-------------------------------|
| UA: Roger Derås, Stålkameratene | 1093 p. |
| UB: Kjell N. Hanssen, Harstad BS Helge Skogli, Mefjord | 1069 p. 1069 p. |
| UC: Sveinung Kristiansen, Harstad BS | 1030 p. |
| OA: Gunvald Storelv, Tinden BK Kristian Storelv, Tinden BK | 1120 p. 1110 p. |
| OB: Per M. Pedersen, Tinden BK Kristian Andersen, Harstad BS Sten Mellingen, Stålkameratene | 1083 p. 1056 p. 1056 p. |
| OC: Eskild Pedersen, Tinden BK Jørunn Mortensen, Harstad BS | 1006 p. 983 p. |
| OD: Kristine Andersen, Harstad BS Knut Mikalsen, Harstad BS | 1057 p. 1056 p. |
| OYjr: Vegard Pedersen, Tinden BK | 936 p. |

- Karmøy 3/11 -25/18m. Gunvar Mjølhus fra arrangørklubben kom "ut av intet" og satte like godt ny norsk rekord i yngre jr. på 25m (559 p.) i olympisk div. Ved siden av dette merket man seg Arne Kjærlands 18m-resultat på 575 p. i compound. Klassevinnere ble:



Arne Kjærland

| | |
|-------------------------------|---------|
| OA: Gunnar Fykse, Klepp KFUM | 1101 p. |
| OB: Oddvar Figved, Klepp KFUM | 1099 p. |
| OC: Rolf Syre, Langskudd | 1018 p. |
| OY: Gunvar Mjølhus, Langskudd | 1095 p. |
| CA: Arne Kjærland, Klepp KFUM | 1140 p. |
| CB: Arngeir Dyngen, Stord | 1110 p. |
| CD: Jarle Brevik, Stord | 1098 p. |
| CY: Rune R. Svendsen, Stord | 1092 p. |

- Fredrikstad 7/11 -25m. Lars E. Humlekjær slo til denne torsdagskvelden (578 p.) som samlet brukbar deltakelse, og vi fikk se morsom familieduell (Bentzen) i compound og svært jevn skyting blant våre handicappede compoundskyttere. Klassevinnere ble:

| | |
|--|--------|
| OA: Lars E. Humlekjær, Fredrikstad BS | 578 p. |
| OB: Gunnar Jensen, Borg BS | 507 p. |
| OC: Ole P. Willassen, Fredrikstad BS | 536 p. |
| OD: Lars H. Nilsen, Fredrikstad BS | 505 p. |
| CA: Jan Bentzen, Moss BS | 560 p. |
| CB: John O. Johansen, Fredrikstad HIL | 549 p. |
| CC: Kjetil Baltzersen, Moss HIL | 544 p. |
| CD: Jan I. Johannessen, Fredrikstad BS | 550 p. |

- Klepp 7/11 -18m. Ikke like bra deltakelse på torsdagskvelden på Jæren, men brukbar, god skyting av Arne Kjærland (comp.) på 571 p. og Harald Kværnstrøm (olymp.) på 566 p.
- Nordfjordeid 9/11 -18m. Med hele 10 deltakere fra den nye klubben på Vågsøy ble det litt mer stemning enn man en tid har vært vant med i Sogn og Fjordane. Besøk fikk man også av Haakon Haakonsen, BK Langskudd som sammen med Mats Inge Smørdal i brukbar driv forsøkte å matche Martinus Grov. Haakon fulgte Martinus lenge, men mot slutten la Martinus inn et høyere gir; det ble 579 p. mot 567 p. Magnus P. Stein, unge junior som nå skyter for Førde, forsøkte seg i "voksen klasse" (C) og nådde 556 p. uten for mange vansker. Jo da, det kan nok snart bli moro igjen i "krokane".



Harald Kværnstrøm

- Klepp 14/11 -18m. Ny torsdagskveld på Jæren, og dennegang la Harald Kværnstrøm (olympisk) på til 573 p. - og da begynner det å hjelpe.....
- Klepp 16/11 -25/18m. Sven Sletten, BK Langskudd åpnet best og fikk gode 565 p. på 25m, men så orket han ikke mer - og isteden gikk jevntskytende Haakon Haakonsen av med seieren på 1119 p. i olympisk A. Arne Kjærland var igjen ikke til å slå i compound og ser ut til å ha stabilisert seg på et brukbart nivå - 1140 p.
- Tønsberg 16/11 -18m. Snaut 70 deltakere møttes til dyst i vår gamle by, der det var lagt opp til finaleskyting blant de fire beste i respektive klasser. Og finaler er ikke bestandig så lett.... Vi lister de beste:

| | | | | | |
|-------------------------------|-----|---|-----|---|-----|
| Comp. A: Cato Eide, Horten BS | 576 | - | 114 | - | 113 |
| Terje Bøe, Sandefjord | 575 | - | 113 | - | 111 |
| Morten Bøe, Sandefjord | 568 | - | 113 | - | 117 |
| Freddy Jørgensen, TOB | 571 | - | 111 | - | 114 |

| | | | | | | |
|-----------|------------------------------|-----|---|-----|---|-----|
| Comp. B: | Arild Sørensen, TOB | 550 | - | 109 | - | 110 |
| | Jaran Stenvik, Spkl Vidar | 550 | - | 111 | - | 108 |
| | Reidar Gokstad, Sandefjord | 547 | - | 104 | - | 112 |
| | Jan P. Sorem, Drammen | 541 | - | 104 | - | 106 |
| Comp. C: | Reidar Randen, Ullensaker | 534 | - | 107 | - | 106 |
| | Elin Warendorph, Østerås | 510 | - | 107 | - | 106 |
| | Andreas Halsnes, Øyestad BS | 547 | - | 105 | - | 112 |
| | Marianne Kristiansen, Øyest. | 510 | - | 100 | - | 97 |
| Comp. D: | Peggy Kristiansen, Øyestad | 509 | - | 102 | - | 107 |
| | Glenn Jørgensen, Horten BS | 538 | - | 105 | - | 106 |
| | June Svendsen, LOB | 479 | - | 100 | - | 103 |
| | Thomas Hjelle, Spkl. Vidar | 504 | - | 98 | - | 101 |
| Comp.Yjr: | Leif T. Hegvik, Øyestad | 537 | - | 109 | - | 110 |
| | Eivind Svendsen, LOB | 540 | - | 106 | - | 94 |
| | Tom E. Thommassen, Porsgrunn | 513 | - | 102 | - | 102 |
| | Andre Bråten, Ullensaker | 504 | - | 97 | - | 99 |
| Olymp. A: | Bjørn Mikalsen, Spkl Vidar | 547 | - | 111 | - | 113 |
| | Wenche-Lin Hess, Horten BS | 572 | - | 115 | - | 111 |
| | Baard Nesteng, Fr.stad BS | 562 | - | 110 | - | 114 |
| | Kåre Kristiansen, Kongsberg | 542 | - | 103 | - | 93 |



Bjørn Mikalsen
- god finaleskytter



Tore Klumsten
- også god finaleskytter

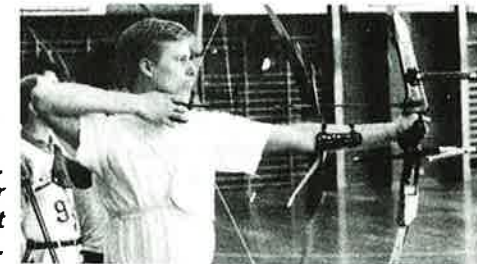
| | | | | | | |
|-----------|------------------------------|-----|---|-----|---|-----|
| Olymp. C: | Tore Klumsten, LOB | 516 | - | 108 | - | 103 |
| | Ole P. Willassen, Fr.stad | 539 | - | 104 | - | 103 |
| | Vegar Kirkesæter, Østerås | 510 | - | 91 | - | 100 |
| | Børre Lilledahl, LOB | 514 | - | 97 | - | 94 |
| Olymp. D: | Morten Johannessen, Fr.stad | 546 | - | 100 | - | 107 |
| | Roar Svendsen, LOB | 494 | - | 93 | - | 92 |
| | Freddy Borgersen, Kongsberg | 526 | - | 92 | - | 111 |
| | Lisbeth Wilhelmsen, SK Vidar | 438 | - | 89 | - | 98 |
| Olym.Yjr: | Håkon Lunow, Østerås | 518 | - | 98 | - | 107 |
| | Robin Krüger, Larvik | 514 | - | 103 | - | 98 |
| | Terje Lunde, Larvik | 474 | - | 77 | - | 99 |
| | Steinar Jensen, Porsgrunn | 486 | - | 102 | - | 99 |

- Trondheim 17/11 -18m. Fullt hus (60 skyttere) og stor stemning i Nidarøhallen. Oppdølingene kommer alt sterkere, og denne gang deltok Vollan IK med hele 14 skyttere, hvorav et damelag !!
Av bedre poeng (merk ordspillet..) noterer vi Thomas Moen, Storfosna BS med 564 p. i olympisk og Arve Svenning, Stokkø med 567 p. i compound (sistnevnte forøvrig i hard konkurranse med Bo Stääf fra Östersund i Sverige - så gleden ville ingen ende ta....)



Arve Svenning (t.v.)
i aksjon

- Førde 17/11 -18m. Martinus Grov viste at formen er stabil, og slo til med hele 583 p. Og det var det.....
- Fredrikstad 21/11 -18m. Lars E. Humlekjær skjøt hele 584 p. og gikk dermed over VM-kravet. Også bra skyting av Wenche Hess som for annen gang på kort tid gikk over 570 p. Det ble 571 p. denne gang.

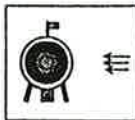


Lars E. Humlekjær
- best
så langt.....

- Breistrand 23/11 -18m. Arrangørklubben (Tinden BK) stilte selv med hele 25 deltakere - med Gunvald Storelv på topp i Olympisk Div. med gode 575 p.
Det var én fremmed fugl i kurven; Christian Ruud, Drammen, som tok klasseier i Olymp.B på 539 p.



Gunvald Storelv (t.h.)
i fokus i Nord-Norge.



Jan Stensby Andersløkkeveien 2 3500 Hønefoss

Utviklingsgruppa, Norges Bueskytterforbund Treningssamling 19. og 20. okt. -96, i Moss

- Felles oppstartssamling for Elite- og Utviklingsgruppa.

Hei alle sammen!

Her kommer en oppsummering fra den første samlingen.

Jan Erik Ellingsen og Vigdis S. Landskaug fortalte om den nye toppidrettsmodellen til forbundet. Det var reduserte midler (ca. 190 000 kr. totalt), men man ville likevel satse på to grupper med totalt 19 skyttere. Det ville for utviklingsgruppa (oss) bli 3 vanlige samlinger, deltagelse til Krystallstevnet i Stavanger og på stevnet i Akkerhaugen. Det ville bli matchinger f. eks. i Sverige for resten av pengene (en kanskje to).

Elitegruppa ville få 4 samlinger, men ikke trener (mulighet for tilskudd til personlig trener).

Innledningsvis snakket vi om forventninger i forhold til det å være med i utviklingsgruppa.

Det var mange positive forventninger. Noen stikkord var;

- Motiverende å bli satsset på
- Bli bedre i en gruppe med gode skyttere
- Erfaringsutveksling
- Få oppbakking og hjelp til å tenke positivt

Videre snakket vi om hva som kunne være aktuelle spesialemner på kommende samlinger.

Den store fellesnevneren var å få vite mer om mental trening, men også noe om;

- Ernæring i forbindelse med konkurranse
- Fysisk trening med tanke på å rette opp skjevheter i muskelstyrke
- Bevegelighet og uttøying (fysioterapeut)

Det var også forslag om å be Martinus fortelle litt om hvordan han jobbet og hvordan han er blitt så god.

Jeg kom med innspill om hvordan jeg mener gruppa bør kunne fungere og hvordan vi kan kommunisere mellom samlingene. Stikkord her var;

- Ha personlig trener
- Ha treningsplan
- Bruke treningsdagbok
- Utveksle telefonnummer

Dere er 12 skyttere i gruppa og det er viktig at dere har individuelle treningsopplegg som dere selv har tro på. Treningsplanen skal gjenspeile aktiviteten slik du holder på idag eller hadde tenkt å trene det året som kommer. Denne kan dere utarbeide sammen med en personlig trener på lokalplanet. Hvis det er noen som ikke har tilgang på en trener, kan en medskytter i

klubben også gjøre nytten. Det er nyttig å ha en å snakke med i hverdagen på trening, en som har avsatt tid til nettopp deg og som ser ting "utenifra".

Treningsdagboken skal du lage akkurat slik det passer deg. Det som er viktig er at du registrerer hva du trener på, hvordan, hvor mye og hva du erfarer underveis. Det kan være hvordan ting føles, hva som oppleves positivt og hva som er negativt. Poenget er at vi tar vare på erfaringene vi gjør, lærer og går videre. Det er sikkert fler av dere som allerede bruker både treningsplan og treningsdagbok.

Dere skulle sende inn den gule lappen ferdig utfylt til Jan Erik Ellingsen. Treningsplanen kan dere sende til meg. Vi var enige om 1. desember. Adressen min står øverst på arket.

Haakon O.H. fortalte oss litt om hvordan han jobbet med mentale arbeidsoppgaver/rutiner for å forbedre seg som skytter. Han hadde forsøkt å flytte aksept grensene for hvilke poengsummer som var realistisk å nå og barierebrytende grenser som han skulle tørre å strekke seg mot. Dette alene (sannsynligvis mye trening også) gjorde at han i sommer hevet sin personlige rekord fra 1240 til 1296 på full FITA-runde. Flott!

Han jobber bevisst med å tenke positivt og ha tro på egne muligheter. Foran VM i-felt satte han seg mål om plassering, ikke poeng, for å hindre resultatorientering med påfølgende press. På trening jobber han med visualisering. Han prøver å skape en følelse av at det er mange folk rundt ham, føle stress, føle skjelving eller nervøsitet og legger bevisst inn litt skjelving. Han mener det er viktig å akseptere bevegelse i sikte og ikke finsikte.

Personlig mener jeg det er veldig mye positivt i denne måten å trene på og hans løsning av dette med mulige poengsperrer. Alt arbeid med mentale ferdigheter må gjennomføres i tillegg til trening av teknikk og trimming av utstyr. For at man skal kunne tro på egne muligheter må man også ha positive erfaringer å bygge på i form av følelse av å mestre og oppnå forventede resultater.

Merkekrav for FITA's feltmerker (Arrowhead merker)

Jeg viser til orientering om de ulike ferdighetsmerker som stod i November utgaven av Buestikka.

Når det gjelder FITA's felt ferdighetsmerker:

I regelverket står det at en FITA Arrowhead runde består av 2 stk FITA felt runder som kan bygges opp med hvilket som helst antall mål delbart på 4, mellom 12 og 24.

Hvilket betyr at en Arrowhead runde kan være 2 x 12 mål, 2x16mål, 2x20mål, 2x24mål, 1 gg 12 pluss 1gg 16mål, 1gg 12 pluss 1gg 20mål - osv. osv.

Poengsummerne som leses av de respektive tabellene skal således legges sammen slik at man får totalsummen for de 2 aktuelle rundene som i sin tur skal overensstemme med sluttsummen på scorekortet.

En Arrowhead runde skal også være innmeldt til FITA på samme måte som FITA's stjernestevner.

Per E. Bolstad
Felt og Info-ansvarlig