



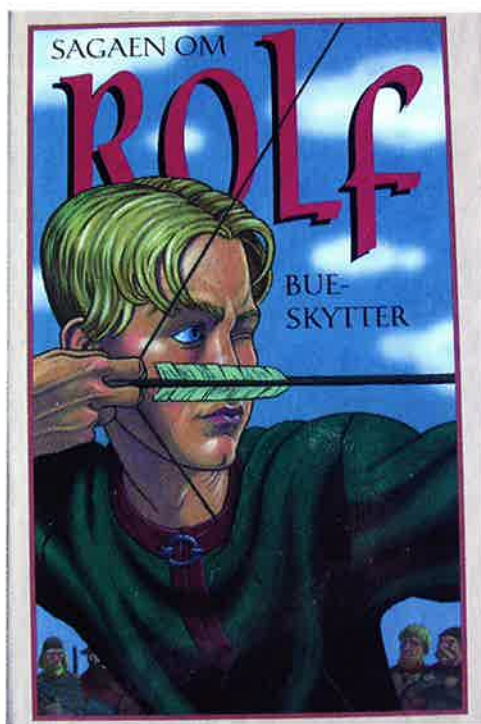
Buestikka

MEDLEMSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

29. årg.

Nr. 9

Nov. -03



ÅRETS JULEPRESANG?

DET FINNES MANGE ARTIGE UNGDOMSBØKER
- NOEN OGSÅ MED BUESKYTING SOM "KRYDDER".

Redaksjon:
NORGES BUESKYTTERFORBUND
Serviceboks 1, Ullevål Stadion,
0840 Oslo.
Bankkonto: 5134.06.05997

Redaktør:
Morten B. Wilmann
Tlf. 21029785 - Fax. 21029003
E-mail: bue@nif.idrett.no
Internet: www.bueskyting.no

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

Årsabonnement er pliktig for vårt
forbunds medlemmer, for øvrig
kr. 150,-

Annonsestatter:
1/1-side kr. 700,-
1/2-side kr. 350,-
1/4-side kr. 175,-
Stevneannonser: Halv pris.

Innhold:

Redaktøren	s. 2
Presidenten har ordet	s. 3
Treneren	s. 5
Juniorkorrespondansen	s. 6
Panathinaiko Stadion	s. 7
Sørlandstreffen	s. 8
SSS av Eivind Engen	s. 11
Opplysninger fra NBF	s. 13
Litt for dommere	s. 16
Takling av press	s. 21
Aktivitetslederkurs i Moss - resymé	s. 24
Stevner	s. 25
Småplukk	s. 26
Huskeliste for kurs	s. 29
Hjertesukk..	s. 29
Adelskalender 2003	s. 31
Vi sakser...	s. 34

Vi savner bilder fra lokale
arrangementer. Kan du hjelpe?



TRENEREN !

Det er antakelig nevnt mange ganger
før, men jeg nevner det igjen; det er
helt nødvendig for en klubbs eksis-
stens at det forekommer rekruttering
av nye skyttere (og dermed skape
grunnlag for nye ledere). Dessverre
forstår ikke alle klubber denne
rekkevidden av "bare å se sin egen
nesetipp".

Rekruttering er ikke bare å skaffe
nye deltakere på et nybegynnerkurs,
noe som heldigvis sjelden er vanske-
lig i bueskyting. Den viktigste delen
av rekrutteringen er å holde på de
nye medlemmene; få dem til å finne
seg til rette i klubben.

Det aller viktigste element her er å
ha en "trener", noen som kan følge
opp medlemmene i deres trening og
deres bestrebelser på å bli fornøyd
med skytingen – på det nivået
de ønsker.

Skal man imøtekomme dette be-
hovet, må man stimulere noen
av sine medlemmer, kanskje dem
som ikke er mest opptatt av selv å bli
en toppskytter, til å ta relevant
utdanning, for å gjøre dem sikrere på
sin rolle – og selvsagt gi dem den
nødvendige statusen.

(forts. side 5)

Presidenten har ordet



I disse dager forbereder vi oss for neste års budsjett. I denne sammenhengen vil det også bli diskutert et opplegg for toppidrettsutviklingen i NBF. Det er da nødvendig og ønskelig å se litt historisk på tingene, men også hva som ligger i kortene som vi får fra NIF og andre myndigheter.

I år satset vi større enn noen gang før med tanke på deltagelse i VM i New York. Hensikten var bl. a. å forsøke å få kvalifisert et lag til OL neste år – dessverre lyktes vi ikke med det, men vi får lov å takke de deltagende for et ærlig forsøk som også viste oss at det er utrolig mange skyttere på et meget høyt nivå "der ute".

Vi deltok også med et stort compoundlag som markerte seg med et par hederlige resultater og noen fine plasseringer – vi takker de deltagende for innsatsen og gratulerer med resultatene. Om vi ser fremover, så ser vi at midlene vi nå får tildelt i meget stor grad er øremerket ungdomsatsingen. Det betyr at vi i større grad enn før også kan satse på ungdomsrelaterte ting og da også på å videreutvikle ungdom med tanke på fremtidige OL. Dette arbeidet har vi allerede begynt på og det vil gå som en rød tråd igjennom alt vi foretar oss i umiddelbar fremtid. Dette betyr ikke at vi skal glemme de "gamle" - de har sin naturlige plass i systemet, men satsingen med dedikerte grupper av "voksne" skyttere må vi sannsynligvis se bort i fra. Hvordan og hvem av de etablerte skytterne som i fremtiden vil kunne regne med representasjonsoppgaver og deltagelse på kurs, samlinger osv. er det for tidlig å si noe om, men i prinsippet så vil vi måtte ta hensyn til at vedkommende satser seriøst over tid og viser stabile høye resultater, og ta mindre hensyn til sporadiske gode poengsummer.

Etablerte skyttere som ønsker å satse videre og som ikke hører inn under ungdomsgruppen, må gjerne ta kontakt med Sportsutvalget for å gjøre oss oppmerksom på det og for å få tilbakemelding på hvordan vi til enhver tid ser på problematikken.

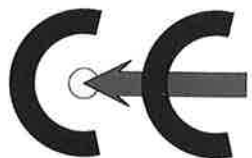
En utmerket måte å gjøre det på er ved å sende meg en mail, eller ta kontakt på mobilen..

Vi sees på banen..

Per E. Bolstad
President



Månedens frimerke



CATO's BUESPORT

Karbonpiler

Beman Carbon Flash ferdig pil	55,-
Cartel Triple pr.skaft	155,-
Easton ACC pr.skaft	140,-
Easton ACE pr.skaft	258,-

Bjørn Bengtson blinker

Fita 120cm	31,-
Fita 80cm	11.50,-
Fita 80cm (6-10)	4.50,-
Fita 60cm	8,-
Fita 40cm (alle typer)	3.50,-

Be om tilbud ved kjøp av større kvantum.

Har du mistet noen piler i det siste?

Gå sammen i klubben og invester i en metall søker av god kvalitet. Gode resultater også på karbonpiler. Kan selvsagt også brukes til å finne mynter og andre verdigjenstander.

Alle priser med forbehold om endringer.

Organisasjonsnr.
NO 977 325 323

Postadresse
Rustadgt. 45
3187 HORTEN
NORWAY

Telefon
Mob. 920 19 645
Telefaks 33 04 53 63

Bank
9710 61 00644

E-mail
caeide@online.no
Internett
www.piloglobue.com

Red. (forts. fra s. 2)

TRENEREN

Trenerens betydning kan her ikke overvurderes, selv om den enkelte utøver gjennom talent og egeninnsats kan komme svært langt. Det handler nemlig ikke alltid bare om teknikk, men det kan like gjerne være et spørsmål om tilrettelegging, effektivitet, motivasjon – og det å skape et godt psykologisk klima (man kan kanskje kalle det noe så enkelte som "trivsel"). Selvsagt finnes det også andre faktorer, bl.a. et spørsmål om trivelige treningsforhold (for eksempel innbydende treningslokale/-bane), utøvers øvrige personlige forhold (jobb/familie og fritid) etc., men uten en trener blir noe av selve fundamentet for en klubbs suksess borte. Det er da også tydelig hvordan dette gjenspeiles i de klubber som driver best; de er store og de har en god struktur på det de driver med.

Selve trenerutdanningen har i flere år vært lavt prioritert i norsk bueskyting, men etter at vi har vært gjennom noen runder med "fremtidskvelder" omkring klubb utvikling, ser det heldigvis ut som om forståelsen av betydningen av å ha en trener har økt betydelig. Vi har nå gjort om (forenklet) vår aktivitetslederutdanning (som er første del i trenerutdanningen) og dermed senket terskelen for å gå i gang med utdanningen (som vi tror er en inspirasjon i seg selv).

Det finnes innvendinger; for eksempel at klubben ikke har noen som vil bli trenere. Tja – jeg stiller meg i så fall spørsmålet om hvorfor ikke det? Kan det ha noe med en treners status å gjøre og/eller kan det ha noe med at man faktisk ikke har sett ordentlig etter om noen vil? Etter min mening bør en klubbtrener (en som er villig til en ukentlig oppfølging av et gitt antall skyttere gjennom et år) ha en godtgjøring; som en stimulans og for å gi jobben en viss status. Mange har spurt meg om hvor mye; og jeg har antydnet kr. 10.000,-. (Det blir ca. kr. 200,- pr. kveld – som betaling er det ikke mye, men som en stimulans er det ok) Ved å legge dette i "potten" sammen med tiltro og gode ord, tror jeg at mange mennesker gjerne vil gjøre en slik innsats (og det kan faktisk være at vi beholder noen verdifulle ressurspersoner som av helsemessige eller andre grunner ikke lenger setter selve skytingen i fokus). Jeg vil også tro at en del foreldre, som likevel følger opp sine håpefulle, gjerne ville påta seg en slik oppgave.

Dessuten tror jeg også det er slik at folk som får en viss godtgjørelse også ønsker å gjøre en god jobb; de ønsker å gjøre tingene ordentlig og de ønsker å utdanne seg slik at de nettopp kan gjøre det. Dette vil alle parter tjene på.

Neste innvending er at dette har ikke klubben råd til! Vel, hvis vi tenker smått, så vil vi forbli små. Min oppskrift er at dette skal utøvere betale for, og dersom klubben ikke har andre naturlige inntekter, blir det gjennom medlemskontingent eller treningskontingent. Jevnt over er våre klubbkontingenter latterlig lave – dersom vi har noe å tilby.

Et eksempel; jeg har i flere år hatt en datter i et ungdomsteater; vi betaler kr. 3000,- i året for det. Hvorfor? Fordi min datter er motivert, fordi det er en sunn fritidsinteresse, fordi det er sosialt, fordi det gir læringseffekt gjennom personlig mestring, fordi teateret har skikkelige mål og instruktører som følger dem ukentlig hele året. Altså i og for seg gir teateret det samme som en bueskytterklubb (med respekt for seg selv) burde gi ungdommene.

Tror noen det er vanskelig å få medlemmer til teateret? Maksimum kapasitet er 52 ungdommer, og pr. i dag er det 130 ungdommer "på venteliste" for å komme med !!!!

La oss gjøre idretten vår mer attraktiv ved å øke inngangsbilletten og gi bedre service....

Korrespondansematch for juniorer 2003-2004

"Som vanlig" vil det også i vinter bli korrespondanseskyting for juniorer som går over 5 omganger f.o.m. november t.o.m. mars 2004, der de 3 beste omgangene teller. Det vil bli premiering.

Det skytes i følgende klasser (i begge divisjoner):

Damer jr. og Herrer jr.	15-18 år	60 p. på 40cm skive på 18m
Piker y.jr. og Gutter y.jr.	13-14 år	60 p. på 60cm skive på 18m
Minijunior	11-12 år	60 p. på 60cm skive på 12m
- samt		
Klasse for 10-åring (felles)	60 p. på 60cm skive på 12m	

Compoundjuniorer (15-18 år) skyter på 40cm trippelskive!

Utøvere som skifter aldersklasse i løpet av korrespondansematchen fullfører i den klassen vedkommende starter.

Resultatene (som gjerne kan være oppnådd på stevner) må sendes til:

Jon Arne Storelv, Lensmann Klevs v. 212 c, 2019 Skedsmokorset
E-mail: kds.jas@c2i.net

innen den 1. i påfølgende måned, første gang den 1. desember.

På grunn av at lesere av vårt medlemsblad og deltakere skal kunne få et riktig inntrykk av stillingen, vil det ikke bli godkjent resultater som ikke er innsendt i tide!



Det er viktig å vise våre yngre utøvere at de tilhører et større fellesskap. Våre klubber er ofte små, med få skyttere i den enkelte aldersklasse, og vi oppfordrer derfor til deltakelse i denne korrespondansematchen.

Fjoråret ga optimisme med hensyn til den økte satsingen på de yngre, og deltakelsen var langt større enn tidligere.

La oss øke enda mer !!!

PANATHINAIKO STADION



Bueskytingen under de Olympiske Leker i Hellas neste år er blitt tilgodesett med kanskje det mest spektakulære anlegget av alle idretter, Panathinaiko Stadion, for sine finaler.

Foruten bueskyting, er det bare innspurten i maraton-konkurransen som skal få benytte dette anlegget.

Det var her det første OL i moderne tid fant sted, og anlegget er bygget i marmor på ruinene av en forhistorisk stadion bygget i år 329 f.K.

Det er klart at en bueskytterkonkurranse et slikt sted vil legge noe "spesielt" til nettopp det å delta i OL, som jo i seg selv er en stor begivenhet for den bueskytter som når dit.

Således burde det være en opplevelse også for tilskuerne, både de som måtte være til stede og de som måtte se bueskyting fra OL på TV rundt omkring i verden.

Litt synd, bare, at det er svært, svært små muligheter for at en norsk bueskytter skal få oppleve OL i Hellas...

STEVNEANNONSERING

Vi minner om at Buestikka ikke utkommer i januar, slik at annonsering for stevner i januar og februar bør komme med i vårt desember-nummer.

Manusfristen er 1/12-03.

Red.

----- OG HER SØR I LANDET HAR VI

”SØRLANDSTREFFEN”

Sørlandstreffen er ikke blant dagens mest profilerte nasjonale stevner her til lands. Vi våger imidlertid å si at stevnet har et visst historisk sus over seg. Det har vært arrangert siden ”tidenes morgen”, en betegnelsen vi velger å sette på tidlig 60-tallet. Det var den tiden da selv nasjonens beste skyttere måtte kjempe mot sørlandiske skyttere om de gjeveste plassene.

Nå har Kristiansand Helseportlag lagt ned sin bueskytteraktivitet, og vi i Kristiansand Bueskyttere har ikke bare ”overtatt” noen skyttere, men vi har også blitt teknisk arrangør av et tradisjonsrikt stevne.

Og stevnet arrangerte vi 18. september - etter vår målestokk i god stil. Det er lenge siden vi har arrangert et approbert stevne, og det var ikke fritt for at vi måtte plage både forbund og habile skyttere i det ganske land med våre spørsmål.

Espen Bruce i aksjon !

Vi er en klubb i vekst, og erfaringen vi fikk på dette stevnet er gode å dra med seg.



Erkjennelsen om at konkurranser er et ”must” for å bli gode skyttere er ikke ny i vår klubb heller. Utfordringen er å arrangere konkurranser som også er sosialt samlende.

Vi samlet 41 skyttere fra 9 klubber til årets konkurranse. Det var langt mellom score-kortene i ”upper class”, men bare vent.....

Tom Andresen

Margrethe og Espen tester regneferdighetene.



Stians første premie i bueskyting, men kanskje ikke hans siste ?

Her studerer han premien inngående.

Resultater for de beste:

Rec. B:	Espen Larsen, Gjesdalbuane	511 p.
	Frank Johannessen, Kristiansand	469 p.
Rec. C:	Aleksandros Gentekos, Farsund IL	509 p.
Rec. D:	Magne Storøy, Farsund IL	465 p.
	Per A. Pettersen, Larvik HIL	438 p.
Comp.B:	Jack Herlofsen, Kristiansand	545 p.
	Tore Olsen, Kristiansand	542 p.
Comp.C:	Jorunn Hegvik, Strengereid IL	546 p.
	Roger Bakken, Gjerdrum HIL	521 p.
BB:	Espen Tellefsen, Kristiansand	441 p.
Rec. Y:	Annereth Michalsen, Farsund IL	495 p.
	Njål Åmås, Klepp	484 p.
Rec.M:	Fredrik Sunde, Farsund IL	486 p.
	Steffen Ågedal, Farsund IL	444 p.

Red:

Jeg vil bare legge til at stevnet i Kristiansand var vår ”sesongåpning” for helge-stevner, og i så måte svært lovende for kommende vinters stevneaktivitet.

Dessuten stilte Kristiansand BS med hele 18 deltakere, og Farsund IL var ”hakk i hel”, så kanskje våre tradisjonelle klubber skal få litt ”pes” i år ?

Fra og med desembernummeret vil vi komme tilbake med Deltakertoppen - en uhyttelig konkurranse mellom klubbene, der flest deltakere i et og samme stevne er utslagsgivende.

HUMLEKJÆR ARCHERY

Midtåsen 1,1624 GRESSVIK 2Tlf : 69 36 59 00, Faks : 69 36 59 01
email : humlekj@online.no

**Nyhet Win&Win Evolution m/lemmer.... 1490,-
Dobbel Compound veske 750,-**

komplett nybegynner pakke

Samwha treBue

Sikte

Kogger

4Piler

Armbeskytter

Fingerbeskytter

Bueoppstrammer

Buestativ

Veske

Kun 1450,-

Juster din bue på
HOOTER SHOOTER skytemarskin.

Vi har bevis på at det virker!!!!

Husk du kan også besøke vår nettbutikk på

WWW.Bueutstyr.no

Nytt i Norge!

Dette er noe for
den kresene
recurve skytteren
ARE

Pilhyller!!!!

Dette er hyllene
alle Koreanske
skyttere bruker

Sikkerhetskurs Sikrer Soliditet av Eivind Engen

Tidligere har nybegynnere kommet til ulike tider og dager, slik at opplæringen har blitt noe stykkevis og delt – noe som også har hatt uheldige virkninger på de øvrige skytterne i klubben.

Nå har det lyktes meg å få tildelt dobbelt så stort og bredt skytelokale, slik at hele 30 skyttere kan skyte samtidig. Nybegynnerne fikk oppgitt en bestemt dato og et klokkeslett, og 15 nye møtte opp, hvorav ca. 10 var under 13 år.

Jeg fikk tak i bueskytterforbundets nye Sikkerhetskurs som viste seg å være et meget godt grunnlag for gjennomføring av kurset, som strekker seg over 5 kurskvelder a ca. 2,5 timer. Også pedagogikken i kursopplegget synes meg å være utmerket.

Vi oppsøkte en sportsforretning og fikk tak i 10 brukte sykkelslanger som ble klippet i to deler. Oppvarming med sykkelslangene og gymnastiske øvelser startet alle kurskveldene, og som skulle vise seg å bli godt mottatt av deltakerne.

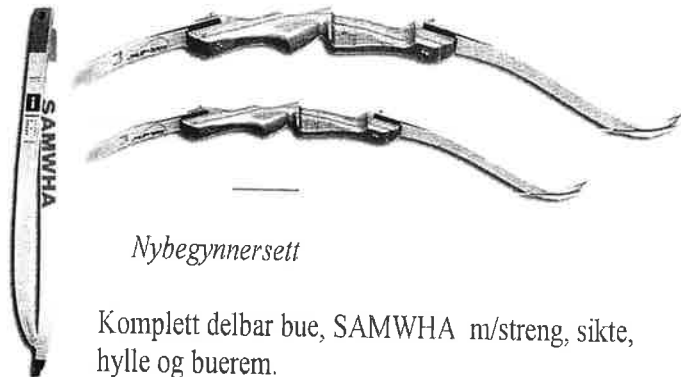


Foruten at alle detaljer i bueskytingen – fra grunnstilling til avslutning – ble grundig gjennomgått, fikk deltakerne også utlevert grunnleggende tegninger fra "Skyteteknikk" og "Utstyrlære". Vi gjennomgikk også skiven og telling av poeng, og scorekortføring ble gjennomgått..

På siste dag ble det også benyttet en del tid på å gjøre det slik som på en konkurranse, med skyteleder og to minutters skytetid. De fleste ble forundret over hvor god tid de hadde på de tre pilene.

Ved kursslutt ble deltakerne og foreldre gjort oppmerksom på at skytterne ville bli fulgt opp etter behov.

Forbundets Sikkerhetskurs – lærerveiledning – anbefales på det beste. Foruten undertegnede deltok Jan Husby i undervisningen – og så ble det 15 nye medlemmer i Sverresborg Bueskyttere !



Nybegynnersett

Komplett delbar bue, SAMWHA m/streng, sikte, hylle og buerem.

4 stk. Easton JAZZ aluminiumpiler tilpasset buestykke og draglengde, samt armbesk. fingerbesk. og pilkoger.

Pris komplett kr. 1.350,-

Praktisk koffert til settet kr. 320

Per K. Egrem

SPESIALFORRETNING FOR BUESKYTTEREN

Frostvedtveien 70, 3259 Larvik
Telefon 331 15 257
Fax. 331 15 030

Opplysninger fra NBF-----

TINGET 2004

Innkalling til Tinget er sendt ut i henhold til våre vedtekter. Vi gjør her bare oppmerksom på at fristen for innsending av forslag er den **17. desember d.å.**

Vennligst sørg for en grundig behandling i klubb/krets før forslagene sendes inn, slik at de blir så spesifikke og korrekte som mulig.

KONGEPOKALER 2004

Vårt forbund er blitt tildelt to kongepokaler også for 2004. Disse settes opp som følger:

Damer (recurve/compound)	NM Innendørs
Herrer (recurve)	NM Innendørs

Med unntak for Y.jr. deltar alle skyttere i kampen om HM Kongens Pokal – under forutsetning av at man oppnår en poengsum innledningsvis som ville kvalifisert i våre vanlige dame- og herreklasser.

MERKEKRAV INNENDØRS

Følgende merkekrav er vedtatt:

	<i>Recurve</i>	<i>Compound</i>
Bronse	360/435*	370/445*
Sølv	435/510*	445/520*
Gull	525	535
Elite	540	550
Mester	560	570

*= Kravene gjelder ved skyting på hhv 40cm og 60cm skive.

Vi minner ellers om våre "Deltakermerker" i fire valører som kan utdeles etter deltakelse i hhv 4, 8, 12 og 16 konkurranser. De kalles også "20-poengere", ettersom man får 5 p. pr. stevne man deltar i.

Vi oppfordrer klubbene sterkt til å bruke våre ferdighetsmerker som en stimulans til aktivitet.

Pris kr. 25,- pr. stk.



OPPRYKKSRAV

Recurve divisjon:

Compound divisjon:

Klasse A: 560 poeng og over
B: 530 p. til 559 p.
C: 465 p. til 529 p.
D: 464 p. og under

Klasse UA: 570 poeng og over
UB: 550 p. til 569 p.
UC: 500 p. til 549 p.
UD: 499 p. og under

NB! Ved skyting på 18m/60cm skive er opprykkskravet til kl. C på 525 p.

Man rykker opp automatisk når resultatet for opprykk er oppnådd to ganger, forøvrig er det tillatt å starte i en høyere klasse enn der man resultatmessig "hører hjemme".

Yngre juniorer som ønsker å prøve seg blant seniorenne, skal starte i den seniorklassen som tilsvarer deres resultatnivå fra deltakelse i klassen y.jr. Deretter følges vanlige bestemmelser for opprykk. Yngre juniorer som har skutt i seniorklasser kan dog når som helst igjen velge å starte i klasse y.jr. som er en ren aldersklasse.

M.h.t. regler for nedrykk, henviser vi til Regelverk B.

RICAVTALEN

Vi minner om at norsk idrett – og dermed vårt forbund – har en avtale med Rica Hotels om rimelig overnatting, både i ukedager og helger.

Ved bestilling spør etter sportspriser og referer til Norges Bueskytterforbund.

Etter det vi kan se, er Rica's sportspriser meget gunstige.



SKATTEFRITAK FOR GAVER TIL IDRETTE

Idrettsforbundet har på vegne av alle særforbund og idrettslag søkt om godkjenning etter Skattelovens §6-50, "Om godkjenning som gavemottaker med fradragsrett for gaver."

Svar på denne søknaden var at idrettslagene ikke kunne være mottakere, mens særforbund ville bli akseptert. Med bakgrunn i dette avslaget besluttet NIF å anke beslutningen, slik at for tiden foreligger ingen godkjenning.

Mens anken har vært til behandling i Skattedirektoratet, har NIF vært i kontakt med medlemmene av Stortingets finanskomité og den politiske ledelsen i Finansdepartementet. Vi har i disse samtaler fått forsikringer om at intensjonen i loven ikke var en ordning for de nasjonale organisasjonsledd, men det lokale klubb og foreningslivet. Vi er derfor optimistisk med tanke på å få løst denne saken, uavhengig av svaret fra Skattedirektoratet.

Er det spørsmål til saken, ta kontakt med Ketil Lindseth i Norges Idrettsforbund: Ketil.lindseth@idrettsforbundet.no

ANTREKK

Loen II –

flotte drakter og
flotte resultater!

(foto fra NM
innendørs 2003)



Ved siste Ting ble det diskutert hvorvidt det skulle være påbudt å bruke klubbantrekk (klubbtrøye) ved stevner.

Av hensyn til evt. nye skyttere og evt. ventetid på levering av klubbantrekk ble forslaget moderert til at man bør bruke klubbantrekk.

Tingets holdning var imidlertid helt klar – tross formuleringen; klubbantrekk skal som hovedregel benyttes.

De klubber som ennå ikke er kommet i orden med klubbantrekk, oppfordres derfor hermed snarest til å "sette dette i system".

Vær klar over fordelene; Det gir en klubbfølelse å være en av laget, det gir tilhørighet og det er bra PR for klubben. For øvrig ser det fint ut på våre stevner; det gir en positiv "image" (utt: immitsch) for vår idrett.



NLL mottok prisen som "Årets aktivitet" ved de nordiske jakt- og fiskedager, og deltakerne fra langbuelaget fikk inntrykk av at alle de drøyt 30.000 besøkende ville prøve å skyte med eller få seg en langbue.

Det meldes om "skikkelig trøkk".

Vi gratulerer Norsk Langbuelag med den fine innsatsen og den gode PR både for seg – og for bueskytteridretten.

Litt for dommerne

Takk til de av dommerne som sendte inn svar på oppgavene i forrige nummer av bladet. Det er artig å registrere at norske nasjonale dommere gjør de samme vurderinger som internasjonale dommere gjør når man skal løse til dels kinkige spørsmål. Det betyr ikke nødvendigvis at svarene er riktige. Vi skal se litt nærmere på løsningene:

Svar på oppgave 1

Da regelen om en pil er skutt eller ikke skutt ble skrevet, var intensjonen helt klar: En skytter som mister ned en pil foran skytelinja, skal kunne plukke den opp og skyte den mot skiva, forutsatt at den befinner seg innen skytterens rekkevidde – nå 3-meter linja.

Siden har man hatt en debatt gående der fliser er blitt spikket og all verdens sannsynlige og usannsynlige scenarier er blitt brukt for å "presisere" hva som skal være mulig og umulig.

I vårt tilfelle havner en del av pila 40 meter ute på banen. Det gjør den ikke dersom det ikke er utløst et skudd. I så måte tilsier all logikk at pila ble skutt.

Imidlertid sier regelboka helt klart at når en del av pilskafet befinner seg innenfor 3-meter linja, er pila å betrakte som ikke skutt. Det burde selvsagt ha stått at pilskafet må være intakt, men det gjør det altså ikke. Dermed må konklusjonen bli at pila ikke er skutt.

Svar på oppgave 2

Å bedømme uregelmessigheter ved skyting på trippelskiver, har vist seg å være et smertensbarn for dommere over hele verden. Det gjøres en masse feilvurderinger, selv om reglene skulle være helt klare. FITA's dommerkomite vrir sine hender og river seg i håret når selv erfarne internasjonale dommere tar feil på en så elementær ting som scoren på en skive.

Oppgaven inneholdt to scenarier, og begge skytterne får samme score, nemlig 8-7-M.

Du bedømmer skiva i første scenario på følgende måte:

Du gir "M" for pila med **høyest** verdi i nedre spot. Så scorer du de tre laveste verdiene og får 8-7-M.

I andre scenario går du fram på denne måten:

Pila som skytes utenfor scoresonen – den 4. pila – skal være med i serien og scorer "M".

Så scorer du de tre laveste verdiene, som nå er 8-7-M

FITA's dommerkomite har formulert en tommelfinger-regel som skal gjøre det nesten umulig å ta feil på dette punktet: "En "M" forsvinner aldri. Den skal finnes på scorekortet!"

Hva blir da scoren her?

Øvre spot: Ingen piler

Midtre spot: 10 og 10

Nedre spot: 10 og 10

Dersom du nå kommer fram til at scoren blir 10-M-M, har du skjont det. Hvis ikke bør du ta en ekstra kikk i regelboka og kanskje ta en treningsøkt sammen med en dommerkollega.

Paul H. Paulsen



Julenissene er tilbake!



Kjetil og Roy Ove
ønsker god jul og et
godt nytt år!

Bestill buesett før
13. desember så får
du med buestativ og
en gave fra nissene.



SELV JULENISSER MÅ
SE OPP FOR GODE TILBUD

GOD JUL OG GODT NYTT ÅR!

NAVN:	Hei nissen!	<input type="checkbox"/> SAMWHA REKURVSETT
ADR:	I år ønsker jeg	<input type="checkbox"/> EVOLUTION REKURVSETT
	meg gaver fra	<input type="checkbox"/> TOUTALL REKURVSETT
	Norsk Buesport.	<input type="checkbox"/> EAGLE LANGBUESETT
		<input type="checkbox"/> BEITER STABILISATORSETT
		<input type="checkbox"/> BEITER SKOP / SIKTENÅL
		<input type="checkbox"/> GAVEKORT



Norsk Buesport a.s.
Kjengaren 18
4353 Kleppe
Norge (Norway)

☎ Telefon: +47 51 42 72 17
☎ Telefaks: +47 51 42 72 18
✉ post@norsk-buesport.no
<http://www.norsk-buesport.no>

SamWha Royal Junior



Lengde: 48, 54, 58, 62, 64, 66, 68, 70
Styrke: 12 til 34 (avhenger av lengde)
Farge: ikke valgbar



Streng (Dacron/B50)
Hoyt Super pilhylle
Cartel Midi sikte
JVD fingerbeskytter
Gompy armbeskytter
Gompy buerem
Paullet C2 kogger
Danage karbonpiler (6 stk)
Gompy oppstrenger
Negrini koffert (78x25x10cm)

Vår
pris

1.970

**BESTSELGER TIL KLUBBER
OG NYE BUESKYTTERE**

MINST GYLDIG TIL APRIL 2004



Norsk Buesport a.s.
Kjengaren 18
4353 Kleppe
Norge (Norway)

☎ Telefon: +47 51 42 72 17
☎ Telefaks: +47 51 42 72 18
✉ post@norsk-buesport.no
<http://www.norsk-buesport.no>

Win&Win Evolution



Lengde: 64, 66, 68
Styrke: 16 til 36
Farge: hvit, sølv, gull, rød, blå, svart

Streng
Pilhylle
Cartel klikkerblad
Cartel Championship sikte
JVD fingerbeskytter
Gompy armbeskytter
Spigarelli håndleddsrem
Paullet C2 kogger
Danage karbonpiler (6 stk)
Gompy oppstrenger
Negrini koffert (78x25x10cm)



Vår
pris

2.725

DIN FØRSTE WIN&WIN?

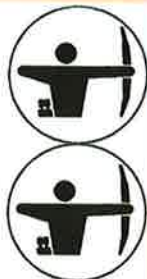
MINST GYLDIG TIL APRIL 2004



Norsk Buesport a.s.
Kjengaren 18
4353 Kleppe
Norge (Norway)

☎ Telefon: +47 51 42 72 17
☎ Telefaks: +47 51 42 72 18
✉ post@norsk-buesport.no
<http://www.norsk-buesport.no>

Win&Win Toutall / SideWinder



Lengde: 66, 68, 70 / Styrke: 26 til 46

Farge: sølv, gull, blå, rød, svart

Streng (FastFlight)

Win&Win pilhylle

Win&Win klikker

Win&Win plunger

Win&Win sikte WS520

Win&Win frontstabilisator

Win&Win fingerbeskytter

Win&Win A/E armbeskytter

Spigarelli håndleddsrem

Neet TrimLite 301 kogger

Easton X7 Eclipse (6stk)

Gompy oppstrenger

Negrini koffert (78x28x16cm)

Vår
pris

7.800



ET GODT VALG

MINST GYLDIG TIL APRIL 2004



Norsk Buesport a.s.
Kjengaren 18
4353 Kleppe
Norge (Norway)

☎ Telefon: +47 51 42 72 17
☎ Telefaks: +47 51 42 72 18
✉ post@norsk-buesport.no
<http://www.norsk-buesport.no>

Takling av press – av Jay Barrs

(Artikkelen er oversatt fra The Glade – av Sigmund Lindberget)

Jay Barrs har vunnet OL gull og har to VM gull i feltskyting. Han er 12 ganger nasjonal mester i USA og her forteller han om takling av press.



Hvor mange av dere er det som skyter veldig bra på trening, men under konkurranser virker det som dere bare faller fra hverandre? Under trening er du god og avslappet og skytinga føles bra. Men, la skytelederen blåse i fløyta og PANG... Hjertet øker takten til 150 slag i minuttet, du puster overfladisk, svetter i hendene, buen begynner å riste, siktenåla vil ikke stå stille og når til slutt klikkeren slår inn, så føles skuddet forferdelig. Høres dette kjent ut? Du kan slappe av, for du er ikke alene! Jeg har gode nyheter og dårlige nyheter. De dårlige nyhetene er at disse følelsene aldri vil bli borte. De gode nyhetene er at du kan lære å takle dem og til og med få dem til å jobbe for deg. Forresten, det er vel spenningen ved å konkurrere som er halve moroa??

Vi begynner med hvordan du trener. De fleste bueskyttere har heltidsjobb, familie, regninger og masse andre forpliktelser og ansvar som kommer i veien for, stjeler tid fra, eller forstyrrer deres mulighet for å trene. Når de endelig tar seg tid til å trene, er det vanligvis i full fart; få satt sammen buen så fort som mulig og sette i gang med å skyte. Lyder det kjent? Jeg vet at jeg selv ofte kommer inn i den rutinen. Denne formen for trening er ikke bare feil, noen ganger er det fint å stå og skyte piler bare for fornøyselsens skyld. Allikevel, hvis du ønsker å få mest mulig ut av treningen bør du ha en plan før du begynner. Det beste er å føre treningsdagbok.. Jeg selv er ingen mester i å føre treningsdagbok. Allikevel, når jeg trener for alvor, har jeg en logg der jeg kartlegger grupperinger og resultater. Jeg bruker den også til å rable ned hva jeg jobber med og hvordan hver trening forløper.

Derfor, sett deg ned før du begynner skytinga og tenk over og bestem deg for hva du skal ha fokus på ved dagens trening. Dette kan være en bestemt del av selve skytinga, skyterytme, eller for å skyte inn siktemerker. Hva det enn er, skriv det ned i treningsdagboken. Husk å føre på dato og værforhold. Hele denne treningen må du ha fokus på det du bestemte deg for før du begynte treningen. Dette vil sikre deg en best mulig utnyttelse av den tiden du trener. Det er ikke nødvendig å gjøre det komplisert. For eksempel, de to første ukene i utendørs-sesongen har jeg kun fokus på å komme i form. Min plan kan være å skyte 60 piler pr. dag. Så snart jeg kommer i noenlunde skyteform begynner jeg å jobbe med spesielle detaljer.

Når en konkurranse nærmer seg, begynner jeg å tilpasse treningen spesielt for denne konkurransen. Hvis konkurransen er en FITA-runde, er det naturlig å trene annerledes enn om det var en olympisk runde. Er det en FITA-runde trener jeg på alle fire distansene – men - jeg bruker mer tid på de to avstandene jeg synes er de vanskeligste, 90m og 50m. For å forberede meg på en Olympisk runde bruker jeg 90% av tiden på 70m. Resten av tiden bruker jeg vanligvis på 90 og 50 m for at jeg ikke skal bli "overtrent" på 70m. En av de beste forklaringer (som jeg har hørt) for hva trening egentlig er, hørte jeg av Tim Strickland (en av de beste trenerne i USA) som sa: "Trening er for å unngå overraskelser i en konkurranse". For meg hørtes dette veldig fornuftig ut. Hvis du er fokusert under trening og trener skikkelig, skal det være lite som kan skje i konkurransen som ikke har skjedd under