



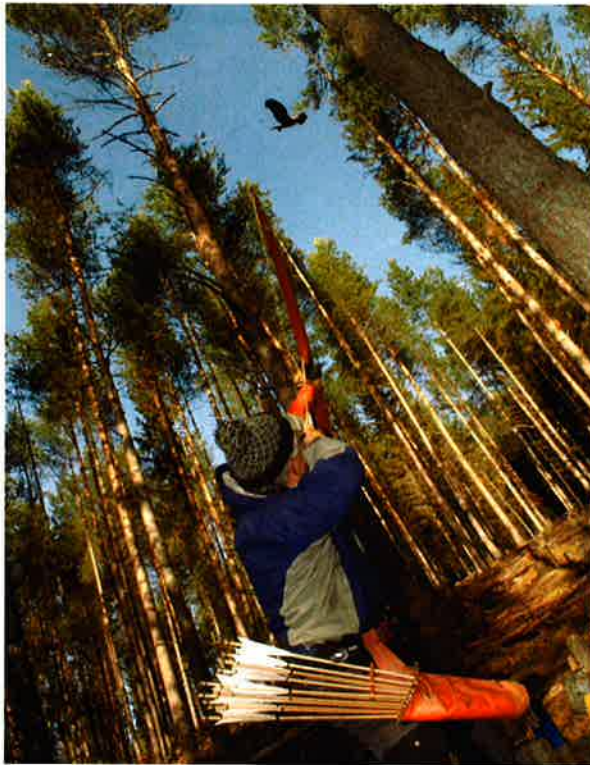
Buestikka

MEDLEMSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

35. årg.

Nr. 9

Nov.-09



HØSTJAKT
3D

Redaksjon:
NORGES BUESKYTTERFORBUND
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,-

Annonsestøtter for stevner:
1/1-side kr. 350,-
1/2-side kr. 175,-

Annen annonsering etter avtale.

Innhold:

Redaktøren	s. 2
Presidenten har ordet	s. 3
World Cup-finalen	s. 5
Barn, risiko og trygghet	s. 6
Opplysninger fra NBF	s. 8
Lære, trene, konkurrere...	s.11
Aktive klubber...	s.13
Høstjakt i sommersol..	s.14
Deltakertoppen	s.17
3D i Drammen	s.17
Stevner	s.19
Om Thon Hotels	s.19
Småplukk..	s.20
Hva bør bueskyttere	
tåle?	s.30
"Mary Rose"	s.31

Vi savner bilder fra lokale konkurranse. Kan du hjelpe?



MELLOMSESONG

November er en måned som på mange måter "faller mellom to stoler"; uten-dørsskytingen har vi gitt opp og innendørs er vi liksom ikke helt kommet i gang. Buestikka bærer nok også preg av dette, selv om vi klarer å få med oss mye "småplukk".

Denne gangen skal jeg derfor gi noen kommentarer til forsidebildet, som jeg synes er litt fascinerende. Dette "målet" dukket opp under høstjakta på Vinstra – vi snakker selvsagt om 3D – og jeg undret hvordan i all verden man fikk tak i pilene sine (enten disse traff eller ble skutt over alle blåner...)

La det være sagt at høstjakta på Vinstra har sin egen stil (og sikkert egen sjarm) og sine "egne regler". Derfor ble skytterne ved dette spesielle målet rett og slett bedt om å bruke de pilene som ble stilt til rådighet, nemlig såkalte "flu-flu piler". Dette er piler som for det første har butt spiss (slik at de ikke setter seg fast, eller ødelegger byttet for mye) og er fjæret i spiral. Denne fjæringen gjør at pilene bremser etter hvert helt opp og rett og slett faller ned, og dermed kan benyttes gjentatte ganger – selv på fuglejakt altså. Egentlig en ganske smart oppfinnelse. Alt har med andre ord sin forklaring!

Men selv om det kan sies at vi er inne i en mellomsesong, betyr ikke det at viktige saker legges på vent, og i første rekke må klubber og regionale ledd merke seg fristen for forslag til Tinget neste år. Mister man det "toget", så står man på plattformen helt til 2012 – og det er vel ikke noe stas.....

Presidenten har ordet



Satsingsgrupper og evaluering

I oktober hvert år blir det foretatt en evaluering av satsingsgruppene våre. Vi mottar stadig spørsmål om hvordan denne evalueringen foregår, og jeg vil derfor benytte anledningen til å forklare hvordan vi jobber.

I utgangspunktet er det Sportsutvalget som foretar alle evalueringer, men pga inhabilitet har Sportsutvalget valgt å legge evalueringen av 2012-gruppen til UK (på samme måte som inntak til 2012-gruppen i fjor da den ble etablert).

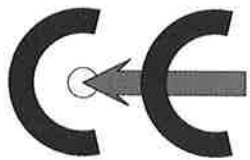
På forhånd har de enkelte medlemmer i sportsutvalget (og UK) brukt mye tid på forberedelser, slik at vi stiller med et godt utgangspunkt for å kunne foreta en slik evaluering. Evaluering blir foretatt av ungdomsgruppen, 2012-gruppen + at vi ser på hvilket tilbud som skal gis til de beste skytteren som ikke kommer inn under noen satsingsgrupper, og hvem som kommer inn under dette begrepet.

Vi har en del kriterier som vi legger til grunn ved evaluering av gruppene:

- Treningsinnsats – rapportering
 - a. Vi ser på balanse i treningsarbeidet
 - b. Vi vurderer generell treningsmengde
 - c. Rapportering etter avtale
- Prestasjon
 - a. Vi betrakter resultater (plasseringer og poeng).
 - b. Konkurransesaktivitet
- Bidrag innad i gruppa
 - a. Deltakelse på samlinger og eventuelle matcher
 - b. Motivasjon

Med så klart definerte kriterier ser det kanskje enkelt ut, men det er det ikke. Vi evaluerer de som det siste året har vært innenfor satsingsgruppene. Samtidig som nye kandidater skal vurderes både ut fra egne prestasjoner og mot de som allerede er i gruppen. Dessuten er ikke verden kun sort/hvit. Kriteriene veies også ulikt i forhold til hvilken gruppe det er snakk om. Det er ikke slik at 16-17 åring som trener strukturert og er under god veiledning, blir "kastet" ut av ungdomsgruppen etter et år uten resultatmessig fremgang. Nei, her må vi se resultatmessig utvikling i et litt lenger perspektiv. Vi vet jo at dersom de unge legger ned tiltrekkelig trening og har langsiktige mål vil dette gi uttelling. Det betyr at vi for de yngste nesten er mer opptatt av struktur og treningsvilje, enn resultatmessige prestasjoner - selv om de i løpet av et par år også må få en utvikling i form av resultater.

Forts. s. 6



CATOS BUESPORT



Hoyt GMX midtstykke (25")

Tilbudspris **5390,-**

Liker du ikke GMX-midtstykket?

OK.

Be i stedet om et uimotståelig tilbud på hvilken som helst annen bue, uansett merke / modell !!

Åpningstider:

Tirsdag, Torsdag og Fredag	1000 – 1800
Telefonhenvendelser Mandag – Fredag	1000 - 1800

Organisasjonsnr.
NO 977 325 323

Postadresse
Rustadgt. 45
3187 HORTEN
NORWAY

Telefon 33 04 53 63
Mobil 920 19 645

Bank 9710 61 00644

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

World Cup finalen i Nyhavn av Eva C. Thesen

Jeg har lenge hatt lyst til å overvære en World Cup finale og da årets finale skulle skytes i København, var saken klar. For å rekke ned til første match i tide, ble det en tidlig morgen. Å stå opp klokken halv fem på en frilørdag er jo så som så, men hvis det lokker gode opplevelser i den andre enden, er alt mulig.

Det var en flott finalebane det danske bueskytterforbundet og FITAs stab hadde satt i stand i Nyhavn. På høyresiden av banen var det tribuneplasser med forhåndssolgte billetter. På venstre siden av kanalen, var det fritt frem for alle andre interesserte. Gledelig var det å se at det var fullt opp av tilskuere på begge sider av kanalen. En imponerende stor videovegg – med klar og tydelig gjengivelse - gjorde sitt til at alle tilskuere fikk med seg alt; skytterne, skivene og resultatene.

Vel på plass på tribunen med forhåndbetalte billetter, var det klart for semifinale mellom to koreanske skyttere, Yun Ok-Hee og Kwak Ye-Ji. De to koreanske skytterne skjøt meget godt, så bra at publikum ble litt bortskjemte og hadde forventninger om minst dette nivået på skytingen hele veien. Kwak vant denne matchen med 114-111 og hun vant gullet i klassen for recurve kvinner over kinesiske Zhao Ling med 113-108. Det var litt varierende resultater utover dagen, ikke minst så det ut som om Jayanta Talukdar fra India og Jorge Jiminez fra El Salvador slet litt med det kalde været. Dagen før under prøveskytingen hadde det vært nærmere 20 grader varmt, lørdagen var overskyet og mye kaldere med 7-8 grader og det satte nok litt preg på disse to skytternes resultater.

I klassen herrer recurve ble gullfinalen et hel-europeisk oppgjør mellom Simon Terry fra Storbritannia og Marco Gializzo fra Italia, denne matchen ble egentlig aldri veldig spennende og Gializzo vant 108-105. I semifinalen for compound menn mellom Braden Gellenthien og Jorge Jiminez skjøt Gellenthien fullt hus. Med 120 poeng og 8 innertiere satte han også ny verdensrekord. Gellenthien møtte senere Sergio Pagni fra Italia og klarte ikke å skyte opp mot nivået fra semifinalen, Pagni (bildet) vant gullet med 115-114.



I semifinalen mellom Ivana Buden fra Kroatia og Camilla Soemod (t.v.) fra vertslandet var det høy temperatur blant tilskuerne. Camilla vant semifinalen og møtte senere Luzmary Guedez fra Venezuela. Luzmary Guedez vant dog gullet i klassen compound damer knepent med 108-107, men ingen av dem skjøt særlig teknisk godt, og spesielt Camilla så ut til å være preget av stundens alvor.

All ære til det danske bueskytterforbundet for et godt arrangement. Her var det mange tilskuere som fikk med seg mye god skyting i flotte omgivelser, både kronprins Frederik og kulturminister Carina Christensen var å se på tribunen.

Forts. fra s. 3: Presidenten har ordet

For de mer etablerte og 2012-gruppen vil resultater vektlegges vesentlig mer. I etterkant av en evaluering vil det alltid bli reaksjoner, men jeg kan forsikre dere om at vi som er involvert i dette arbeidet gjør det så samvittighetsfullt som mulig. Vi ønsker at de midler som øremerkes til satsingsformål blir brukt på best mulig måte, og at de aktuelle utøverne forstår at det til syvende og sist er deres eget ansvar å ta hånd om sin egen utvikling – vi kan bare være bidragsyttere og motivatorer.

Lykke til!

Vigdis S. Landskaug



Barn, risiko og trygghet

Barn er ofte aktive og driver gjerne med organisert idrett eller annen form for fysisk utførelse fordi de synes det er moro! Gjennom lek og samhandling bygger de vennskap og tilegner seg nyttig læring for livet. Men aktive barn er også mer eksponert for skader.

Enten barnas aktivitet foregår i organiserte former i idrettsklubben eller i hverdagens situasjoner og lek, så kan skader og ulykker inntreffe. Mange av oss tror at barna er forsikret uansett, men der tar vi skammelig feil. Alle barn er forsikret for ulykkesskader på skolen og gjennom organiserte idrettslag og klubber, men det er opp til oss foreldre å forsikre barna våre for skader og ulykker som oppstår i hjemmet, gjennom lek i nabolaget, på familieturer og i all annen aktivitet.

Har du tenkt på det ?

Det er nemlig slik at 6 av 10 barn er ikke forsikret, og at barn blir skadet eller alvorlig syke er dessverre noe som kan skje. Vi ønsker det ikke og vil helst ikke tenke på det, men barn som plutselig får behov for ekstra omsorg og hjelp fører ofte med seg store økonomiske konsekvenser for familien og barnet i framtida.

Barna våre er viktigere enn både huset og bilen, men vi er dyktigere på å forsikre de sist nevnte.

Fakta om FRISK Barne- og ungdomsforsikring:

- Hjelper foreldrene og barnet økonomisk ved både sykdom og ulykkesskader – også ved skadetilfeller som oppstår på skolen eller i idretten.
- Forsikringen gjelder frem til barnet fyller 20 år med tilbud om fortsettelsesforsikring som gir engangserstatning ved uførhet.
- Dagpenger ved sykehusopphold på mer enn 14 dager.

- Behandlingsutgifter som følge av ulykke.
- Støtte til tilpasning av bolig på grunn av sykdom eller ulykkesskade.
- Engangserstatning ved dødsfall.
- Uførekapital tilknyttet ved fylte 18 år, og kan videreføres når barneforsikringen opphører ved fylte 20 år.

Frisk Forsikring er en av hovedsponsorene i "Flerforbundsavtalen" og dermed hovedsponsor også for Norges Bueskytterforbund.

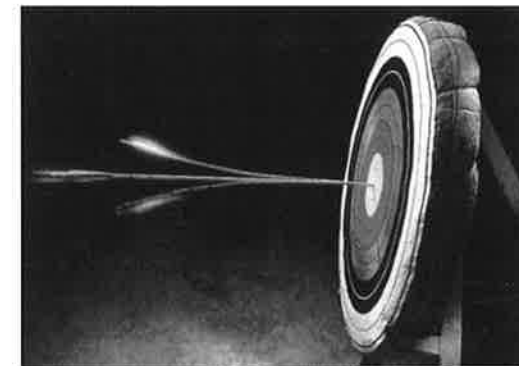
Slik vi ser dette, er det en vinn-vinn-vinn-vinn situasjon. La oss forklare litt nærmere hva vi legger i dette:

- Vinn 1: Vi tilbyr våre medlemmer en mulighet til å gjennomgå sine forsikringer og eventuelt få et tilbud der man kan spare penger og få en bedre forsikringsdekning.
- Vinn 2: Om forsikringstilbudene er gunstige og vi velger å tegne en Frisk-forsikring, vil klubben vår motta 3% av forsikringspremien hvert år så lenge man er tilknyttet Frisk Forsikring – uten at man behøver å foreta seg noe ekstra.
- Vinn 3: Avtalen med Frisk Forsikring innebærer et betydelig kontanttilskudd til NBF i året, noe som muliggjør økt innsats, spesielt overfor våre ungdommer.....
- Vinn 4: Din innsats er ubetydelig, men viktig. Du sier deg ganske enkelt villig til å motta en uforpliktende henvendelse fra Frisk Forsikring. Kanskje du har gjort det allerede?
Denne innsatsen er viktig for oss (som avtalepartner) og for vår samarbeidspartner som dermed har fått en mulighet til å gi deg et tilbud.

Morten B. Wilmann
Gen.sek.

- som forøvrig har tjent bra på å flytte forsikringer til Frisk Forsikring

**FRISK FORSIKRING
– MIDT I BLINKEN !**



Opplysninger fra NBF:

FRISK-KORRESPONDANSEN

Som det fremgikk i forrige nummer av bladet, er vi nå i gang med vår årlige korrespondansematch for ungdom. Vi vil her bare peke på nødvendigheten av at det oppnevnes en person i klubben som kan motivere til deltakelse og følge opp gjennomføringen – til glede for de unge. Det vanker en premie for innsatsen og vi minner om at inneværende måned teller med i konkurransen.

DOMMERGODTGJØRING

I forrige nummer av bladet hadde vi en epistel om dommergodtgjøring, og i den anledning kom vi i skade for å oppgi feil takst for kjøregodtgjøring. NBF's sats er for tiden kr. 3,00 pr. km.

TILSKUDD TIL DELTAKELSEN VED NORDISK UNGDOMSMESTERSKAP 2009

Det er nå foretatt en tildeling vedr. deltakelse i årets NUM og de respektive beløp er oversendt klubbene. Det er i tildelingen lagt vekt på antall og antatte reiseutgifter.

Elverum	Kr. 350,-	Farsund	Kr. 3600,-
Harstad	Kr. 5100,-	Hvaler	Kr. 4500,-
Kristiansand	Kr. 1700,-	Larvik	Kr. 3500,-
Lillestrøm	Kr. 1600,-	Roan PK	Kr. 800,-
SK Stoksund	Kr. 2000,-	Tustna	Kr. 800,-

NBF's SATSINGSGRUPPER

Sportsutvalget har foretatt en revurdering av våre grupper; "2012-gruppa" i samarbeid med UK på grunn av habilitetsproblematikk, og "Ungdomsgruppa".

Følgende skyttere får et tilbud om oppfølging:

2012-gruppa:

Bård Nesteng, Fredrikstad BS
Vetle Risinggård, Kristiansand BS
Robert Landskaug, Ås BS

Ungdomsgruppa:

Marit Olaisen, SK Stoksund (bildet)
Runa Grydeland, Roan PK
Christoffer Furnes, Tinden BK
Simen Burhol, Lillestrøm & OB
Lars-Henrik Nysteen, Bærum & OB
Eivind Lie, SK Vidar



Paul A. Hagen, Elverum BS
Marius Halvorsen, Larvik BS
Nicolai Øglænd, Kristiansand BS
Tor E. Nordskog, Kristiansand BS
Erlend Staven, Roan PK
Hogne W. Skar, Tustna IL
Jonathan Waggestad, Larvik BS

I tillegg får Morten Bøe, Sandefjord BS, tilbud om deltakelse i World Cup 2010, og vil bli evaluert etter oppnådde plasseringer i de to første omgangene i cup'en.

Det er per dato ikke opprettet en egen feltgruppe, men spørsmål om feltsatsingen vil man komme tilbake til.

For øvrig er det åpning for fortløpende endringer i gruppestrukturene.

KRYSTALLSTEVNET – ENDRING I PROGRAMMET

Stavanger Bueskytteres tradisjonelle langholdsstevne innendørs (februar 2010) vil på oppfordring fra Sportsutvalget bli gjennomført med to 70m runder på lørdag (istedenfor den tradisjonelle FITA-runden).

Grunnen til oppfordringen er at vi ønsker et bedre grunnlag for uttak bl.a. til neste års EM som avvikles allerede i slutten av mai – i og med at uttak må skje før vår utendørs-sesong normalt starter.

STRENGDEMPERE

Spesielt innenfor vårt trad-miljø har det i den senere tid vært en diskusjon om bruk av såkalte strengdempere.

Etter våre internasjonale regler (som vi vanligvis følger) er slike dempere ikke tillatt, idet våre regler klart spesifiserer hva som er tillatt å ha på strengen.

Det er selvsagt lov å arbeide for en regelendring for å tillate disse, men her må man følge visse prosedyrer.

Man har to muligheter:

- Fremme forslag overfor FITA om at strengdempere skal aksepteres (det må foreligge et styrevedtak i NBF for at et slikt forslag skal fremmes, evt. tingvedtak om det er politisk uenighet)
- Fremme forslag overfor Tinget om at slike strengdempere skal godkjennes for bruk i Norge (uavhengig av hva som skjer internasjonalt).

Dessverre har man sett at enkelte skyttere har benyttet strengdempere i internasjonale mesterskap uten at dommerne har reagert. Dette er beklagelig og skyldes antakelig at dommerne er noe usikre på skyteformen 3D, da denne skyteformen hittil ikke er blitt vektlagt på samme måte som øvrige skyteformer. Her vil det skje en endring.

En prinsipiell vurdering kan være verdt å nevne til slutt (og gjelder for øvrig alle våre skyteformer). En feil fra dommer(ne)s side endrer ikke regelverket, og uansett er det skytters ansvar å benytte lovlig utstyr. Bakgrunnen er selvsagt at regelverket skal være likt for alle og dermed gi en "fair" konkurranse.

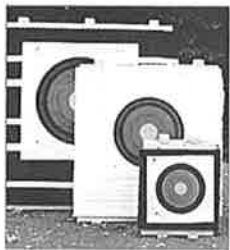
HUMLEKJÆR ARCHERY

Norges ledende innen bueutstyr,
og leverandør av de beste mattene!!



Egertec Matter

Egertec (Egerton) kan ikke sammenlignes med noen andre halmmatter på markedet.
Kommer i 130cm og 85cm



Superbutt

Beste foam mattene på markedet. Kommer i 130cm, 100cm og 65cm

ELEVEN

Nyeste mattene på markedet med utskiftbart senter. Testet til å tåle over 5000 skudd.



ELEVEN

Flott innendørs matte med 12 utskiftbare senter.



Før at vi skal
være så
leveringsdyktige
som mulig, ber
vi om at
klubber og
private bestiller
mattene senest
desember 2009
for levering
februar /mars
2010.



LÆRE – TRENE – KONKURRERE

av Per-Erling Bolstad

Red:

*Per-Erling Bolstad har startet en serie om skyteutstyr og optimalisering av dette (hvordan få det til å fungere best) og gir i den anledning en del tips som kan være nyttige – både for ferske bueskyttere og de litt mer erfarne...
Her kommer del 3....*

Sjekk pilene.

Sørg for at pilene du velger er i nærheten av det som tabellen for din bue(vekt) og stil tilsier. De enkelte pilene har et ganske vidt spekter, men det sier seg selv dersom pilene er alt for stive eller alt for myke, så blir det vanskeligere å gjøre en super optimalisering – mer om dette etter hvert.

Om pilene ikke går 'på tvers' eller slår inn i buen når du slipper, så er det ikke så ille dårlig og som nybegynner kan man nøye seg med det. Er du derimot kommet litt lengre, kan det lønne seg å gjøre noe mer før man i det hele tatt begynner med sin superoptimalisering.

Vær oppmerksom på at alle pilfabrikater er bearbeidet. I praksis betyr det at de er slipt mer eller mindre for å få dem rette. Når man slipper noe som i utgangspunktet er 'banan', så sier det seg selv at man må ta bort mer eller mindre materiale beroende på hvor mye 'banan' pilen er. Dette medfører at man får ulike veggtykkelser på pilrørene og dette vil i sin tur avgjøre spine (stivhet), totalvekt og balansevekt på pilen. Dyre piler sies å være sortert fra fabrikken – det finnes mange bevis på at det er en sannhet med modifikasjoner. Sant eller ikke, uansett så kan det være lurt å sjekke det!

a) Man kan veie pilene slik at de ikke avviker for mye i vekt og man kan justere vekten med mer eller mindre lim på spissen eller ved å slipe av den delen av spissen som går inn i pilen. Det går an å få pilene til å veie like mye innenfor deler av 'grain' (1/15 gram). Du får kjøpt rimelige grain/gram-vekter, men en kruttvekt er heller ikke dumt. Det sies at avvik i vekt på et grain eller to kan gi deg et treffavvik på en tomme på 70m. Det betyr i praksis at om du har piler som avviker med 'flere grain' i vekt, så kan du ikke få tettere grupper enn det vektavviket tillater – om du gjør alt likt ved hvert skudd! Altså, om du reduserer vektavviket så får du minst mulig treffavvik. Husk også at en tung pil har mer 'driv' enn en lett pil, dvs at tyngre piler går bedre i vind og har generelt bedre egenskaper enn en lett pil. Den tyngste pilen som når frem til målet med ditt utstyr er den beste, mener jeg.

b) Du kan balansere pilene for å sjekke at de er omtrent like mye fortløpende. Leverandørene av piler har ofte 'regler' for hvor mye fortløpende pilene skal være, men jeg tror at det er din erfaring som avgjør det. Men samtlige piler i et sett bør ha tilnærmet samme balanse. Ulik balanse vil kunne gi ulikt treffpunkt, men vektavviket er viktigere.

c) Du kan spine-teste pilene. En spine-tester er et apparat som måler nedbøyningen av røret ved en bestemt vekt. Slike kan kjøpes, men er ikke umulig å lage selv heller. På den måten kan man måle nedbøyningen av rørene ved å rotere dem, så kan man sortere etter spine og lime fjærene på samme 'side'. Forskjell i spine vil gi dårligere gruppering. Et alternativ kan være å legge piler med påsatt spiss og nock i et vannbad som er tilført litt

www.bueutstyr.no

Tlf: 69 36 59 00 Fax: 69 36 59 01 E-mail: humlekj@online.no

såpe – såpen bryter overflatespenningen i vannet og pilene vil flyte i vannet med den tyngste delen ned. På den måten kan du vri nocken likt på alle pilene og dermed også få fjærene påsatt likt.

d) Man kan forsøke å skyte barskaft (pil uten fjær) og sammenligne treffpunkt med ditto piler med fjær. Det lønner seg å vikle litt tape rundt pilen uten fjær for å øke vekten og balansen tilsvarende fjærene som ikke er der – om skaftet uten fjær treffer noenlunde i nærheten av de andre, så har du et godt utgangspunkt. Men nå er du over på ting hvor skyteferdigheter kan være medvirkende til resultatet. Hva som er 'noenlunde i nærheten' er avhengig av mange faktorer, men innenfor en radius på 20-30cm ved en avstand på 20m er eller burde være akseptabelt. Du ser ofte når det er for mye, fordi pilene vil tendere til å 'fly på tvers'. Om man forsøker seg på barskaft på lange avstander, vil man også kunne risikere at pilene 'planer' – rett og slett forandrer høyde på vei mot målet. Jeg ser ikke begrunnelsen for å kunne teste barskaft på veldig lange avstander, men vet at noen gjør det.

Det er skrevet avhandlinger om hvordan man kan benytte barskaftmetoden for å optimalisere pil- og buekombinasjonene, men i prinsippet så vil en stiv pil slå ut til venstre og en myk pil slå ut til høyre (for høyreskytter) – store utslag er et dårlig utgangspunkt, forutsatt at grunnen til utslaget ikke er at pilen slår inn i buen. Om pilen slår i buen kan du få hva som helst ut av testen. Man kan sjekke mulig i-slag ved å spraye buen og pilen med 'foto-hvitt' eller tilsvarende – går bra med talkum også. Om pilen slår inn i buen så kan det være at den er alt for stiv/myk eller at oppsett med sentrering osv. er helt feil.

e) Man kan skyte gjennom papir. Dette blir kanskje mest riktig for releaseskyttere (compound), men det gir en indikasjon også for fingerskyttere – men for begge kan skytestil, eller dårlig skudd, gi feil informasjon.

Måten pilen går igjennom papiret på, vil vises på samme måte som ved barskaftmetoden. Du vil tydelig kunne se hva som er spiss- og fjær-ende på pilen, siden er det bare å relatere det til pilflukt/treffbilde – som ved barskaft.

Begynn på kortest mulig avstand og justér til du får et rent riv – noen foretrekker et riv som går litt opp og med nocken til venstre (for høyreskyttere med release) men et rent riv er et bra utgangspunkt for videre optimalisering. Forsøk siden å skyte på litt avstand – det kan være ok å se at pilen går rakt frem på ulike aktuelle avstander. For feltskytteren er det viktig å sjekke at pilene går 'rent' på 5 -15m. Om pilene ikke har rettet seg opp på den aktuelle avstanden kan du risikere å bomme på prikken. Det er jo slik at for en recurveskytter så vil pilen bevege seg rundt buen i en 'fiskehale/slange-bevegelse', mens for en release-skytter så vil pilen tendere til en 'flyndre bevegelse'. Man forsøker å minimalisere dette ved optimaliseringen.

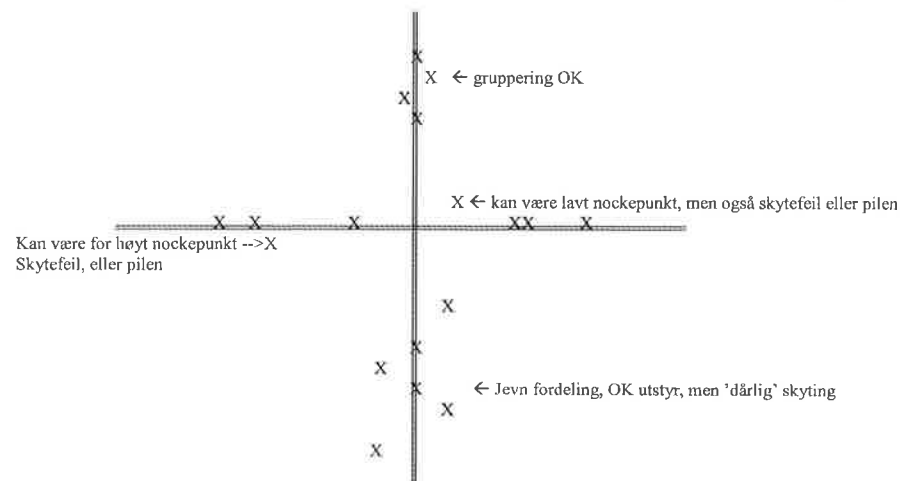
f) Den enkleste og, etter min mening, beste metoden for å optimalisere, er å skyte på 'kryss'. Dette innebærer en analyse av horisontale og vertikale 'samlinger'. Man bruker litt maskeringstape eller kanten av skiven.

I prinsippet skyter man på den horisontale linjen først (for å finne optimalt nockepunkt). Om man har stor spredning kan det være 'dårlig' skyting eller sikting, feilplassert nockepunkt, men også feil pildimensjon (spesielt compound). Man forsøker seg frem til man er fornøyd, men en majoritet av høye treff kan skyldes et for lavt nockepunkt eller at pilen slår i hyllen. Omvent om man har en majoritet av lave treff. Dersom man treffer noenlunde like mye på hver side er man optimalisert. Er spredningen stor, er det skytestilen som skal sjekkes..... Tilsvarende gjelder den vertikale linjen. Er spredningen stor kan det være dårlige skudd eller dårlig sikting, feil plungertrykk, feil angrepsvinkel eller feil pildimensjon. Liten variasjon eller 'spot on' er optimalt.. Er det en pil som stikker seg ut – forsøk å vri nocken til neste fjær, og neste fjær – om det ikke hjelper, gi den til klubben. En majoritet av treff til venstre kan

skyldes for stiv pil, for stor angrepsvinkel (pilhyllen for langt ut – høyreskytter) eller for stiv plunger. Når man treffer like mye på begge sider (jevn spredning), er det skyteferdigheten som avgjør hvor stor spredningen er.

Om man skyter jevnt og bra både vertikalt og horisontalt på relevant avstand er man i havn – deretter kan det lønne seg å skyte grupperinger på aktuelle avstander. Her kan andre 'usikkerheter' dukke opp. (Man kan godt bruke kryss på lange avstander også, men da gjerne litt bredere tape og større forståelse for avvik!) Metoden egner seg også bra til å hurtigsjekke utstyret f.eks. på oppvarmingen.

OBS. Spredningen må nødvendigvis stå i forhold til ditt nivå og avstanden du skyter på.



Neste gang skal vi bl.a. se nærmere på "fallskjermeffekten" !

Aktive klubber....

I siste periode (vinter 2008/2009 og sommer 2009) har vi registrert følgende stevnestarter på klubbene:

1. Lillestrøm & Omegn Bueskyttere	548 starter
2. Klepp Bueskyttere	467 starter
3. Kristiansand Bueskyttere	245 starter
4. Larvik Bueskyttere	242 starter
5. Hvaler IL – Buesk.gruppa	237 starter
6. Sandefjord Bueskyttere	221 starter
7. Harstad Bueskyttere	183 starter
8. Ullensaker Bueskytterklubb	177 starter

Vi har ytterligere 8 klubber med mer enn 100 starter.....

Høstjakt i sommersonn

I brattlendt og variert terreng ved den gamle kongeveien i Sødorp på Vinstra har Laugen Bueskytterklubb anlagt sin 3d jaktbane. Lørdag 10 oktober ble "Høstjakt" avholdt for sjette



Mange fine mål i skogen på Vinstra.

Banen gjennomgår relativt store forandringer foran hvert stevne slik at verken klubbens egne medlemmer og de som har vært her før skal ha spesielle fordeler. Mange kommer til Vinstra for å ha en fin dag i skogen sammen med familie og venner, mens andre kommer for å konkurrere blant de beste. Både historiske langbueskyttere, trad- recurve- og compound-skyttere trives i løypa på Vinstra. Og det er akkurat trivsel og moro Laugen legger aller størst vekt på under sine stevner. Stevnene de arrangerer er preget av en kombinasjon av et sosialt og uhyttdelig miljø, samtidig med at det skal være en møteplass hvor folk skal konkurrere på toppnivå mot de beste.

I mai braker det løs igjen, da med "Vårjakt". Det stevnet vil gå over to dager og klubben vil rigge til en bueskyttercamp på Øya gård - like ved banen,. Der kan deltagerne samles hele

år på rad. Stevnene på Vinstra er populære, og denne gangen kom det 60 skyttere som møttes til dyst i det strålende solskinn. Harøy Langbogelag stilte mannsterke med hele 17 skyttere! Norgesmesterne i jakt og felt fra Surnadal kom også og beviste nok en gang at Nm-medaljene er vel fortjent.

Banen på Vinstra består av 30 dyremål plassert i en rundløype i variert terreng og vegetasjon. I det ene øyeblikket er du i åpen furuskog og jakter på rev, grevling og ulv, og i det neste er du i et juv midt i tett løvskog hvor to store kronhjørter og en bjørn dukker fram. I løypa på Vinstra er det rikelig utfordringer som f.eks å måtte skyte tre piler mot tre mål på 22 sek. Og det er løpende villsvin, gående gaupe, svevende hauk og mange andre krevende mål. I tillegg må du skyte oppover- og nedoverbakke, og på noen mål må du ta hensyn til kvister og greiner for å få klar skytelinje mot målet.

helgen til sosialt samvær. Det legges opp til litt matservering og bålbrenning om kvelden, teltning, eller overnatting innomhus for den som ønsker, og det vil bli ulike aktiviteter for barn og voksne.

Nedenfor følger resultatene over de tre beste i hver klasse fra lørdagens stevne.

Buer utan sikte Damer:

1. Nina Standerholen, Laugen BSK:	203
2. Aud Mari Fyrun, Laugen BSK:	178
3. Evelyn Breivik, Harøy BSL:	148

Historisk bue Damer:

1. Liv Lien, Laugen BSK:	127
2. Vibeke Larsen, Middelalderforeningen Hamar:	104
3. Kristin Hagerup: Middelalderforeningen Hamar:	40

Buer med sikte Damer:

1: Grete Andreassen, Reinheimen Bågåjægerlag:	257
---	-----

Buer utan sikte Menn:

1. Ronny Edvardsen, Surnadal Pildragarlag:	307
2. Nathan Lediard, Surnadal Pildragarlag:	302
3. Arild Solberg, Laugen BSK:	287

Historisk bue Menn:

1. Kristen Brendhaugen, Laugen BSK:	246
2. Kristoffer Griffin, Oslo BS:	228
3. Anton Kleppe, Middelalderforeningen Hamar:	215

Buer med sikte Menn:

1. Gunnar Solum, Reinheimen Bågåjægerlag:	369
2. Paul H. Eiesar, Reinheimen Bågåjægerlag:	326
3. Jakup Brendhaug, Reinheimen Bågåjægerlag:	313

Buer utan sikte junior (14-17):

1. Ole Martin Olaussen, Laugen BSK:	242
1. Øystein Solberg, Laugen BSK:	242
3. Anders Vassgård, Harøy BSL:	181

Historisk bue junior (14-17):

1. Lars Johannessen, Middelalderforeningen Hamar:	207
2. Pål Lien, Laugen BSK:	177

Rekrutter (under 14):

1. Tore Andre Grytten, Harøy BSL:	230
2. Elias K. Drønen, Laugen BSK:	207
3. Sindre Hagerup, Middelalderforeningen Hamar:	202

Beste klubb:

Surnadal Pildragarlag med Ronny Edvardsen, Nathan Lediard og Steinar Hølås.

FARO GAGE

-en usedvanlig og spesiell 3D koordinat målemaskin.

Manuell, portabel, meget brukervennlig og den kan brukes hvor som helst.

*Vi kan nå
også levere
måletekniske
tjenester fra
Precitech AB
i Sverige*



18.000
~~14.800~~
**MER ENN 12.500 FORNØYDE
BRUKERE KAN IKKE TA FEIL!**

FAROs Portable Målearmer er beregnet for å kunne brukes i verkstedsmiljø. Med batteridrift eller strøm er den 100% mobil. Med automatisk temperaturkompensering behøver den ikke eget målerom og med tette rullelager er det ikke behov for trykkluft!

OBS

- Klar til å brukes uten ekstra montering.
- Høyeste nøyaktighet i vanlig verkstedsmiljø
- Innebygget temperaturkompensering
 - Unik for Faro
- Stress Stop Warnings
- Innebygget balansering for God Ergonomi



- Batteridrift er standard
- Laget for standarden IP64
- Kompatibel med de fleste måleprogramvarer
- Alle typer Prober og Styli kan brukes med FaroArmen



- Hurtig og enkel Probekalibrering eller daglig sjekk
- Mer enn 18.000 fornøyde brukere over hele verden kan ikke ta feil
- Konstruert i USA, produsert i Sveits
- ISO sertifisert



Det beste av alt er prisen - ta kontakt og få et tilbud du kan leve med...

PreciTech AS - Boks 403 - 1401 SKI. Tlf. 64 85 70 50. E-post: epost@precitech.no
www.precitech.no

DELTAKERTOPPEN INNE 09-10

Larvik BS	16
Klepp BS	15
Kristiansand BS	13
Vollan IK	13
Harstad BS	12
Tustna IL	12
Moss BS	10
Sandefjord BS	10
Narvik BK	9
Tinden BK	9
Lyngdal IL	8
Fredrikstad BS	6
Roan PK	6
Lillestrøm & OB	5
Hvaler IL	4
Stavanger BS	4
Sverresborg BS	4
IL Yrjar	4

Da starter vi med innesesongen.

Det har ikke vært så mange stevner enda, men vi tar med det som har vært så langt.

Lillestrøm som har vunnet denne konkurransen er foreløpig langt nede, men jeg regner med de kommer sterkt når det blir stevner i nærområdet og det gjelder vel for flere klubber som foreløpig glimrer med sitt fravær.

For øvrig meget gledelig å se at en gammel storklubb, Vollan IK, er tilbake.

Jeg regner med at det blir store endringer på denne lista i desembernummeret, så stå på.

Sissel

3 D stevne i Drammen

Etter svært mange års pause, klarte vi i Drammen BS endelig å arrangere et 3-D stevne 12/9. Målet var å samle de fleste aktive tradskytterne i Oslo området. Det kom 20 stykker som "skjot seg gjennom" en krevende løype med mange flotte jaktplasser. Konkurransen ble avsluttet med at vi i fellesskap skjot mot et langhold med tre ukjente avstander. De fire beste etter de 23 første målene, duellerte mann mot mann helt til slutt. Årets Norgesmester i trad (skive-skyting), Roar Pedersen, imponerte voldsomt på denne siste skytinga og tok sterkt innpå Øystein Paulsen. Mange av oss ble også voldsomt imponert over Isak Pedersen og Birk Paulsen i Trad Mini som ikke skjot mye dårligere enn sine dyktige fedre.

Ivar Rasch, Drammen BS

Trad mini:	Birk Paulsen, Porsgrunn BS	360
	Isak Pedersen, Sandefjord BS	353
Trad senior:	Øystein Paulsen, Porsgrunn BS	444
	Roar Pedersen, Sandefjord BS	429
	Tom Nitteberg, Ås BS	428
	Ola Klåpbakken, Laugen	419

TradBow Norge

Ola Klåpbakken
Klokkargarden
2640 Vinstra

Tlf: 61291567 / 97643351
E-post: post@klaa.no
Web: www.tradbow.no



RAGIM MATRIX:
Rimelig begynnerbuer for
barn og ungdom
Kr: 750,-

Flere nye Ragim-modeller
tilgjengelige på lager. Sjekk
www.tradbow.no



RAGIM IMPALA:
Ny modell: kr: 1400,-



RAGIM FOX OG WOLF:
Langbuer 62" og 68":
fra kr: 1500,-

MOSS BUESKYTTERE, Postboks 551, 1522 Moss



Vi inviterer igjen til Romjulsstevne: Mandag 28 desember 2009

Det skytes 60 piler 18 meter. Alle approberte klasser.

Første pulje kl 10.00. Oppvarming kl. 09.30-10.00

Andre pulje kl 13.30. Oppvarming kl 13.00-13.30

Tredje pulje kl 17.00. Oppvarming kl 16.30-17.00

Startavgift : Senlor kr 200,- / Junior kr 100,-

Evt. Spesielt ønske om pulje må oppgis ved påmelding. Klubbene vil få beskjed om starttidspunkt og puljer.

Påmelding til

mossbue@bueklubb.no eller til Moss Bueskyttere, Postboks 551, 1522 Moss. Påmeldingsfristen er mandag 7 desember. Påmelding skal skje klubbvis, og påmeldingsavgift skal betales ved påmelding til kontonummer: 1080 07 32250. Vær tidlig ute med påmeldingen. Ingen etteranmelding.

Vi har en variert kafeteria. VELKOMMEN TIL MOSS I ROMJULEN.



Thon Hotels er en av våre større sponsorer – i tillegg til vår viktigste partner Frisk Forsikring (som er omtalt annet sted i bladet).

Som kjent er våre sponsorer knyttet til oss via den såkalte « Flerforbundsavtalen » (FFA) der til sammen 15 idretter medvirker.

Når det gjelder Thon Hotels og bruken av denne kjeden, er dette selvsagt til en viss grad avhengig av geografiske forhold. Men når det er sagt, er det viktig at vi virkelig sjekker at det finnes et Thon Hotel i nærheten når behovet for hotellrom melder seg. Vi har idag gode priser i de tre kategoriene som Thon Hotels tilbyr ; så det er bare å ringe og be om tilbud, og husk å benytte vår kode : FFABUE ved bestilling. Se ellers vår hjemmeside om hotellkjeden, der man forøvrig kan foreta direkte bestilling og der vår kode for internetbestilling er lagt inn automatisk

Og så er det selvsagt i høyeste grad lov å benytte Thon Hotels i andre sammenhenger enn bueskyting – om det skulle passe slik.

Det kan i denne sammenheng nevnes at Thon Hotel Triaden totalt sett kom best ut når det gjaldt plassering av vårt Ting 2010 – det gjaldt både pris og tilgjengelighet.

Vi oppfordrer samtidig våre stevnearrangører til å henvise sine overnattingsgjester til det lokale Thon Hotel i sine innbydelser ; det kan være lønnsomt.....

Småplukk ----- ved Sigmund Lindberget-----

Bergen 13/9, FITA 1440

Vi tar med oss det siste utendørsstevnet i Bergen før vi går over til resultatene innendørs. Fem av klubbens skyttere møtte opp i Langeskogen og skjøt sine 144 piler.

C1:	Jon Arne Fauskanger, Bergen BS	1255
T1:	Marianne Lindau, Bergen BS	966
R5:	Gunnar Grotmol, Bergen BS	972
	Endre Vik Larsen, Bergen BS	862

Narvik, 3/10, 60p/18m

Så er vi i gang med innendørs sesongen igjen. Dette er en tid som mange har gått og gledet seg til i lange tider, og mange benytter innendørs sesongen til å finpusse skytetechnikken mens de venter på våren. Mens vi er inne på finpuss av teknikk, så er det mange som burde nøyerer når de trimmer inn buen til aluminiumspiler, dersom de ikke har liggende dobbelt opp av det de må justere inn på buen, da. De burde også være nøye på å skyte seg skikkelig varme før de i det hele tatt tenker på å skru på buen. Dette gjelder spesielt recurve, da en trenger ganske mange skudd før fingrene og musklene fungerer som de gjør under en konkurranse og som er den situasjonen en ønsker buen skal fungere optimalt for.

Så til stevnet i Narvik, der Viggo Mikalsen vartet opp med dagens høyeste poengsum, 559 poeng endte han på i C2, og det var 9 poeng foran nestemann på lista, Per Ivar Utnes.

C2:	Viggo Mikalsen, Harstad BS	559
	Per Ivar Utnes, Narvik BK	550
	Johan Klippmark, Kiruna	527
R1:	Christoffer Furnes, Tinden BK	545
	Christian Utnes, Narvik BK	532
R2:	Knut Wegner, Harstad BS	537
	Terje Pettersen, Harstad BS	534
	Tord Baardsen, Harstad BS	522
	Thor Aasheim, Harstad BS	516 15
	Mikael Taavola, Kiruna	516 12
R3:	Siv Simonsen, Narvik BK	499
	Anne Frovåg, Harstad BS	425
R4:	Sondre Baardsen, Harstad BS	490
	Aleksander P Bagstevold, Harstad BS	456
T1:	Stig-Rune Hanssen, Narvik BK	474
	Sissel Storelv, Tinden BK	412
	Anita Lien, Tinden BK	389
R5:	Anton Mukka, Kiruna	526
	Mikael Brendvik, Narvik BK	505
	Mathias Winther, Narvik BK	484

Oppdal, 11/10, 60p/18m



Vollan IK starter også innesesongen tidlig i oktober med over førti deltakere til start. Eva Therese Width viser god høstform og skyter 568 poeng i C1. Marit Olaisen blir nummer to med 556 poeng. I C4 er det Runa Grydeland som regjerer for tiden, denne gangen ble det 579 poeng og ny norsk rekord på henne. Her blir det spennende å følge med utover vinteren! Nummer to i klassen blir Hogne Winje Skar som ender på 563 poeng.

Tor E. Nordskog ble best blant recurveskytterne, og vil nok gi trønderne noe å tenke på i sin tid som student i Trondheim.

Eva Therese Width hadde tatt veien til nabofylket og satte sitt preg på dagen.

C1:	Eva Therese Width, Tustna ILB	568
	Marit Olaisen, SK Stoksund	556
	Ståle Sundsethaug, Vollan IKB	555
C2:	John Henning Width, Tustna ILB	545
	Jan Helge Grydeland, Roan PK-bue	541
C3:	Arne Vassvik, Tustna ILB	487
C4:	Runa Grydeland, Roan PK-bue	579
	Hogne Winje Skar, Tustna ILB	563
	Ola Ingebrigt Krovoll, Vollan IKB	558 20/38
	Geir Magnus Vassvik, Tustna ILB	558 20/36
	Erlend Staven, Roan PK-bue	557
	Kristin Fuglevåg, Tustna ILB	550
R1:	Tor Erik Nordskog, Kristiansand BS	564
	Rolf Ove Røstad, Sverresborg BS	533
R2:	Petter Raphaug, Sverresborg BS	519
	Toralf Mjøen, Vollan IKB	500
R3:	Roger Gjølga, Sverresborg BS	305
R4:	Sanna Grydeland, Roan PK-bue	499
	Glen Tore Røstad, IL Yrjar	410
T1:	Ola Aune, Roan PK-bue	318
	Jan Erlend Aasen Width, Tustna ILB	201
	Juana Manell, Tustna ILB	189
R5:	Ola Mølslett, Tustna ILB	390
C5:	Solve Winje Skar, Tustna ILB	528
	Daniel Rosset, Vollan IKB	408

Klepp, 20/10, 60p/18.

Det er greit å kunne ty til innendørsaktiviteter når høstmørket nesten kommer før en har kommet seg hjem fra jobben. Klepp har som vanlig kveldsstevner og nå er de kommet i gang igjen og alt er i skjønneste orden. Det eneste vi legger merke til litt utenom det vanlige, er at Arne Kjærland, som vanligvis skyter både C1 og T1 på disse stevnene, kun stiller i T1 og

vinner klassen på 480 poeng med Njål Åmås på andre plass med 465 poeng. C1 blir vunnet av Bent Nødland på 552 poeng i noe som ligner på "comeback" og i R1 åpner Njål Åmås med gode 289 poeng, men slår av på andre runden og stopper på 559 poeng. R2 vinnes av Torbjørn Hadland på 546 poeng med Irene Figved på andre plass med 532 poeng.

C1:	Bent Nødland, Klepp BS	552
	Njål Rune Figved, Klepp BS	546
R1:	Njål Åmås, Klepp BS	559
	Martin Figved, Klepp BS	546
	Tommy Figved, Klepp BS	530
R2:	Torbjørn Hadland, Klepp BS	546
	Irene Figved, Klepp BS	532
	Norulf Åmås, Klepp BS	526
T1:	Arne Kjærland, Klepp BS	480
	Njål Åmås, Klepp BS	465
R4:	Bjørnar Saurdal, Klepp BS	497

Moss, 21/10, 60p/18m



Bra frammøte til Moss sitt første kveldsstevne med omkring 35 deltagere. Vegard Myrvang har tørket støvet av buen og viser at han fortsatt behersker skytinga. Denne gangen stopper han ikke før han kommer til 583 poeng, og han vinner med ni poengs margin til andremann på lista, Gøran Albrigtsen.

Her har vi børstet støvet av et arkivfoto av Vegard i sine beste stunder....

Jørgen Myrvang skyter godt i C4 og ender på 572 poeng. I R1 blir det en jevn kamp mellom Eivind Lie og Jonathan Waggstad der begge to skyter 542 poeng, men Eivind drar i

land seieren med flere tiere. John Måleng drar hjem seieren i R2 med ett poengs margin ned til Helge Møller. John skyter 532 poeng, Helge Møller 531 og ikke langt bak kommer Jan Erik Ellingsen på 529 poeng. I T1 er det Trond Kvitnes som vinner på 517 poeng foran Roar Pedersen på 493 poeng. Irun Dahl Elverum setter ny norsk rekord i klasse tradisjonell damer 50 med 455 poeng.

C1:	Vegard Myrvang, Larvik BS	583
	Gøran Albrigtsen, Tønsberg & Omegn BS	574
	June Svensen, Lillestrøm & Omegn BS	569
	Magnar Smørdal, Lillestrøm & Omegn BS	563
	Wenche Solbakken, Sandefjord BS	562

C2:	Erik Andersen, Ås BS	544
	Knut Greve, Sportsklubben Vidar, Buesk.gruppa	538
C3:	Ruth K Holte, Hvaler ILBS	510
	Ole Jørgen Fjær, Moss BS	484
C4:	Jørgen Myrvang, Larvik BS	572
R1:	Eivind Lie, Sportsklubben Vidar, Buesk.gruppa	542 28
	Jonathan Waggstad, Larvik BS	542 22
	Marius Halvorsen, Larvik BS	537
R2:	John Måleng, Moss BS	532
	Helge Møller, Fredrikstad BS	531
	Jan Erik Ellingsen, Moss BS	529
R4:	Amund Klubben, Moss BS	386
	Mads Voldengen, Moss BS	382
T1:	Trond Kvitnes, Moss BS	517
	Roar Pedersen, Sandefjord BS	493
	Pierre Brassmann, Drammen BS	482
T4:	Robin Fjeldstad, Hvaler ILBS	409

Tinden, 24/10, 60p/18m

Fire klubber var representert når Tinden bød inn til stevne på Breistrand. Det ble veldig jevnt oppgjør i R2, men det endte med at Arnt Marius Eriksen dro hjem seieren med 548 poeng foran Terje Pettersen på 545 poeng og Knut Wegner på 542 poeng. Klasse C2 ble igjen vunnet av Viggo Mikalsen på 558 poeng, og Oddvin Storelv ble nummer to med 531 poeng. Stig-Rune Hanssen vant T1 på 445 poeng og Anita Lien ble nummer to på 437 poeng.

R1:	Christoffer Furnes, Tinden BK	542
R2:	Arnt Marius Eriksen, Tinden BK	548
	Terje Pettersen, Harstad BS	545
	Knut Wegner, Harstad BS	542
R3:	Anne Frovåg, Harstad BS	420
R4:	Sondre Baardsen, Harstad BS	503
	Aleksander P Bagstevold, Harstad BS	467
R5:	Sigve Lockertsen, Narvik BK	420
	Kristoffer Nikolaisen, Tinden BK	418
	Maja Markusson, Tinden BK	402
	Kamilla Mikalsen, Harstad BS	400
T1:	Stig-Rune Hanssen, Narvik BK	445
	Anita Lien, Tinden BK	437
C2:	Viggo Mikalsen, Harstad BS	558
	Oddvin Storelv, Tinden BK	531

Kristiansand Open, 24/10, 60p/18m + finaler

Kristiansand Open er et nytt tilskudd til de faste stevnene som vil bli et stevne mange skyttere legger inn i kalenderen sin hvert år. Dette er et stevne som er tidlig i sesongen, noen sier at det er for tidlig, mens andre synes det er en fin start på en lang sesong innendørs. Lørdagens skyting samlet 87 deltagere, et høyt antall, men arrangørene ønsker at flere tar turen til Kristiansand Open. Klasse R1 samlet hele 24 deltagere, noe som sikkert har sin årsak i