



# Buestikka

MEDLEMSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

37. årg.

Nr. 4

Mai-11



*NM Innendørs i Bodo  
NY KONGEPOKAL TIL MORTEN BØE  
(Ark.foto)*

Redaksjon:  
NORGES BUESKYTTERFORBUND  
0840 Oslo.  
Bankkonto: 5134.06.05997

Redaktør:  
Morten B. Wilmann  
Tlf. 21029785 - Fax. 21029003  
E-mail: [bue@nif.idrett.no](mailto:bue@nif.idrett.no)  
Internet: [www.bueskyting.no](http://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 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
Mine første tanker...	s. 5
Opplysninger fra NBF	s. 6
NM Innendørs	s. 9
Leserinnelegg...	s.17
Hederstegn	s.19
Ungdomslekene	s.20
Fra Forbundskontoret..	s.21
EMAU Grand Prix	s.22
Småplukk	s.24
Deltakertoppen	s.27
Jentesamling	s.28
Skyteteknikk - Hvilken modell?	s.30
Regelhjørnet	s.34

Vi savner bilder fra lokale konkurranse. Kan du hjelpe?



## ER DU SLAPP ?

Norsk Idrett skal tuftes på frivillighet – i alle fall som et godt og solid utgangspunkt. Men er vi som nasjon blitt slappe – og kanskje fått holdninger som i beste fall kan kalles uholdige?

Hva menes nå med dette, er jeg blitt sur på mine ”gamle dager”?

Jeg tenker i første rekke på dem som påtar seg klubbverv, og som ikke svarer på henvendelser. Det er greit at dagens informasjonsflyt er betydelig, og at det kanskje tar 10-15 minutter i uka å rydde ”søppel” fra det viktige, men vi skal jo alle samarbeide – for at vi alle skal ha det koseligere og trives bedre, få mer overskudd og kanskje også føle at vi kan oppnå noe.

I denne sammenheng er det å være høflig blitt viktigere enn noen gang, for ikke bare skal vi samarbeide mot felles mål, men vi er også avhengig av hverandre. Det er dette med at lenken ikke er sterkere enn det svakeste ledd. Når et svar uteblir, enten det er positivt eller negativt, stopper det hele opp, og det blir mer frustrasjon enn hygge. Og det skal egentlig lite til – bare litt omtanke og en liten innsats. Dessuten så blir innsatsen enda mindre dersom vi deler på oppgavene.

Jeg har vært ”frivillig” i idretten mange år før jeg ble ansatt i NBF, og jeg synes det var helt topp når man kunne oppnå noe, se at noe skjer som jeg var en del av.

Den følelsen må da fortsatt være verdi-full? Kanskje tiden er inne for igjen å bruke fritida til et bidrag til å gjøre livet verdt å leve. I alle fall til å svare på en e-post eller to....

Drope TV’n en gang i blant.....

# Presidenten har ordet



FITAs regler påvirker våre runder.

De siste årene har FITA foretatt store endringer i runder som skal skytes for compound. Så fort og så mange endringer er foretatt, at folk snart ikke vet hva de skal skyte. Dette påvirker også skyttere som "bare skyter" stevner i Norge. Vi har blant annet en lovparagraf som i utgangspunktet indikerer at vi så langt som mulig skal knytte oss opp mot FITA's regler, og det medfører bl.a. at vi skyter de samme rundene på våre mesterskap som de runder som benyttes internasjonalt.

Det vil si at i årets skive NM skal recurveskytterne stort sett skyte som i tidligere mesterskap, men med sett-poeng i matchene sine, slik vi nå gjorde under NM innendørs i Bodø.

I Compound, der i mot, der skal seniorer, 50+, juniorer og kadetter skyte innledede runde på 50 meter. Deretter skytes matcher som avgjøres på skutte poeng (IKKE sett-poeng). Compound rekrutt skal skyte innledende på 40 meter. Deretter matcher som øvrige compoundskyttere.

Forvirrende? Ja, men dette er et av resultatene av at vi ønsker til en hver tid å ligge så nær det internasjonale regelverket som mulig. Dessverre har det vært mye fram og tilbake de siste 2 årene, men det er likevel viktig at vi holder oss lojale til det internasjonale regelverk – også av hensyn til våre representasjonsskyttere.

Vigdis

*Dette franske frimerke har nå fått noen år på seg, selv om det ikke er like gammelt som motivet, som like gjerne kan gjengi hvordan man skjøt den gang – i år 1900 – da det første OL ble avviklet i Paris. Skjønt da var jo varemerket "OL" ennå ikke innarbeidet, og de nesten 5000 skytterne som deltok gjennom sommeren, ante nok knapt at de hadde deltatt i noe som het "De Olympiske Leker".*





# CATOS BUESPORT



## Hoyt Formula RX

Lengde: 25" eller 27"  
Vekt: 1188 (25"), 1301gram (27")  
Farger: Fusion, Red Fusion, Green, Orange, Cobalt Blue, Jet Black, White og Black Out

**Pris 4800,-**

### Åpningstider:

Ti, To og Fr 1000 – 1800

### Telefonhenvendelse

Ma - Fr 1000 – 1800

Organisasjonsnr.  
NO 977 325 323

Postadresse  
Rustadgt. 45  
3187 HORTEN  
NORWAY

Telefon  
Mobil 920 19 645  
Tlf./fax 33 04 53 63

Bank  
9710 61 00644

E-mail  
[caeide@online.no](mailto:caeide@online.no)  
Internett  
[www.pilodbue.com](http://www.pilodbue.com)

## Mine første tanker....



**Til alle bueskyttere og bueskyttervenner.**

Som nyansatt aktivitetskoordinator i Norges Bueskytterforbund vil jeg takke for måten jeg har blitt tatt i mot på i miljøet. Det er mye å sette seg inn i for en som kommer utenfra, og mange nye ansikter og navn man skal kjenne igjen. Jeg tenkte nå å dele noen av mine tanker med dere. Jeg har vært i jobben i halv stilling siden 1. april og har truffet masse dyktige og engasjerte utøvere og ledere som virkelig brenner for idretten sin. Dere virker som en bra gjeng som har mange gode tanker og ideer rundt det dere holder på med. Det blir mange møtepunkter frem mot sommeren, og enda flere når jeg går over i full stilling etter sommerferien.

Jeg vil først gratulere ferske norgesmestere fra innendørs NM i Bodø. Jeg vil også takke Bodø Bueskytterklubb for et godt gjennomført arrangement i Nordlandshallen. NM innendørs ga meg en fin introduksjon i hvordan den praktiske gjennomføringen av slike arrangement gjøres i bueskytingen. Samtidig ga det meg også en flott mulighet til å møte mange av dere aktive.

Jeg håper og tror på et godt samarbeid med både utøvere og ledere fremover. For at jeg skal kunne bidra til å gjøre norsk bueskyting bedre er jeg helt avhengig av å høre på dere. Det er tross alt ute i klubbene man skaper aktiviteten og gjør seg erfaringer på hva som fungerer og ikke. Jeg kommer til å prioritere å være tilgjengelig og synlig for klubbene og deres medlemmer. Jeg ønsker å delta på styremøter, treninger, stevner og andre sportslige og sosiale sammenkomster. Det er viktig for meg at jeg er til stede der aktiviteten skapes og utøves. Dette for at jeg kan bli kjent med dere, og dere med meg. Jeg ønsker at terskelen for å kontakte meg skal være så lav som overhode mulig, og jeg vil alltid strekke meg etter klubbens ønsker og behov. Hvis dere har møter eller samlinger i klubben dere ønsker at jeg skal være tilstede på må dere ikke være redde for å ta kontakt med meg. Jeg skal forsøke å nå alle klubbene pr mail og telefon i sommer. Jeg håper at jeg får besøkt flest mulig av dere iløpet av sommeren/høsten. Det vil også være mulig for meg å sette av tid til møter under stevnet på Akkerhaugen i juni og ifm NM utendørs i Trondheim i august.

Lykke til med forberedelsene til utesesongen 2011.

Vi sees!

Mvh

Sverre Mørch Fredriksen, Aktivitetskoordinator i Norges Bueskytterforbund

E-post: [smf@bueskyting.no](mailto:smf@bueskyting.no)

Telefon: (+47) 93417624

# OPPLYSNINGER FRA NBF

## TILSKUDD TIL UNGDOMSTILTAK

Det er fordelt følgende midler til ungdomstiltak etter søknad fra klubber og kretser/regioner. En del midler er holdt tilbake til bruk i samråd med våre nye aktivitetskoordinator.

Lillestrøm & OB (ungdomstiltak i klubbregi)	kr. 8000,-
Larvik BS (klubbturn m/jakt- og feltinnslag)	kr.16000,-
Tinden BK (ungdomssamling)	kr.15000,-
Ullensaker BK (klubbturner med konkurranseinnslag)	kr.20000,-
Hvalstad IL (ungdomsseminar)	kr.12000,-
Hvaler IL (spesiell oppfølging av unge skyttere)	kr. 8000,-
Tustna IL (Jakt- og feltsamling)	kr. 8000,-
IL Yrjar (skyttercamp – fellesidrettslig opplegg)	kr. 10000,-
Nordland BK (Basecamp og tiltak i Meløy)	kr. 15000,-
Troms BK (Ungdomssamlinger og sommerleir)	kr. 25000,-
	= kr. 137000,-

Det skal rapporteres på midlene som er en særskilt tildeling fra Staten gjennom Norges Idrettsforbund (de såkalte post-3 midlene).

## NORDISK UNGDOMSMESTERSKAP 2011-05-03

Påmeldingsfristen til dette mesterskapet i Gilleleje i Danmark (Sjælland) er gått ut, men klubbene er tidligere gjort oppmerksom på fristen – i tillegg til at all informasjon om mesterskapet ligger på vår nettside.

Det vil som vanlig bli satt opp buss fra Oslo (som bekostes av NBF) i tillegg at det vil bli fordelt reisetilskudd til Oslo (evnt. direkte til Gilleleje der dette er mest praktisk).

Mesterskapet er åpent for alle, og er en god mulighet til å bli kjent med ungdommer fra våre naboland, samtidig som det gir en fin ”matching”. Vår satsingsgruppe er forventet å delta, og disse kan jo være våre ”spyspisser” i fredelig kappestrid med våre naboer.

Om skulle klubben din være ”sent ute” tross våre henvendelser, så må den ikke gi opp i første omgang. Det kan jo fortsatt være en mulighet.....

## WORLD CUP I TYRKIA

Vi tar sikte på å delta med følgende skyttere i World Cup i Tyrkia i begynnelsen av juni:

Recurve:	Bård Nesteng
Compound damer:	Runa Grydeland
Compound herrer:	Morten Bøe
	Thomas Sandberg
Lagleder:	Davood Nematinia

## NYE SKIVER

FITA har som kjent innført en ny skive – 80cm med 6 ringer (altså noe større enn den man er blitt vant til på 30m). Denne er tenkt benyttet på 50m, slik at skytterne også der får hver sine skive, og internasjonalt er hensikten at man skal kunne skyte 6-pilserier på kortholdet også.

Om bruken av denne skiven på 50 meter uttaler vår Lovkomite:

### **Presisering angående bruk av de nye 80 cm skivene:**

**De nye 80 cm skivene (6 ringer) skal kunne benyttes for klassene C1, C2, R1 og R2 i andre skyterunder hvor 80 cm skiver blir benyttet. Det vil være opp til arrangørene å bestemme hvilke skiver de vil benytte.**

For å si litt mer om denne nye skiven. Har man standard runde halmmatter vil man ikke få plass til fire skiver, slik at man kan ikke skyte AB-CD. Det vanlige er dog at vi skyter tre skyttere pr. matte, så det skal fungere bra.

Videre er dette en standard 80cm skive, slik at man også kan bruke denne på 30m. En arrangør trenger derfor ikke flere sett med senterskiver, om man ikke ønsker det.

## POLITIATTESTER

Vi har alle en tendens til å huske regler så lenge vi hører om dem i medier og temaet er ferskt. Men nå går vi inn i en ny sesong med mulige utskiftninger i klubbledelse og blant andre engasjerte voksne som har med barn, ungdom og funksjonshemmede å gjøre, samt flere ungdomstiltak, og da bør alle tenke på å få oppdaterte attester for dem dette måtte gjelde.

Vi vil minne alle ledere på at dere må sørge for å ha disse attestene i orden i deres klubb, slik at vi i vår idrett unngår uønskede episoder.

Det er ikke kommet noen retningslinjer for når politiattestene må fornyes, slik at alle nåværende attester er gyldige på ubestemt tid. Dersom det kommer nye retningslinjer vil dette bli lagt ut på NBF's hjemmesider.

Dersom du er usikker på noe i denne sammenhengen, så henviser vi til NIF sin hjemmeside hvor man kan finne svar på de mest stilte spørsmålene. Her kan du også skrive ut det nødvendige skjemaet.

Se [www.idrett.no](http://www.idrett.no)

## VM 3D - MANGE INTERESSERT

Det er registrert stor interesse for å delta i VM 3D, slik at det tydeligvis blir hard konkurranse om plassene på vårt VM-lag her. Dette gjelder så vel damer som herrer, og instinktiv som langbue. Vi snakker om ca. 25 skyttere, og halvparten er også interessert i å fylle opp en eventuell kvoteplass for egen regning – en interesse vi ikke finner i våre andre disipliner.

Som kjent vil det ikke bli tatt ut skyttere på NBF-finansiering for deltakelse i barebow og compound ved dette mesterskapet, men det åpnes for egen finansiering. Om det samlede deltakerantallet blir stort, vil NBF stille opp med en ekstra lagleder.



# HUMLEKJÆR ARCHERY

Norges ledende innen bueutstyr

[www.bueutstyr.no](http://www.bueutstyr.no)

Se blinken klart og tydelig på 70 og 90m! Alpen scope 20-60x60 er et kjempe bra scope til en god pris. 1990,-



Bytt ut den gamle plungeren før utesessongen, med den beste plungeren på markedet fra Beiter



Vi ønsker dere velkommen til vår nye nettside, som vi håper vil gjøre det enklere for dere å finne det dere ønsker. Skulle det være noe dere ikke finner på vår side, så ta kontakt, vi skaffer det meste innen bueutstyr. Vår side er bare et lite utvalg av hva vi selger.

God utesessong!!

Egertec skytematter kan ikke sammenlignes med noen andre halm-matter på markedet når det gjelder kvalitet og holdbarhet. Kommer i 130cm og 85 cm.



Gjør klar for utesessongen!  
Vi har alltid tilbud på Easton carbon piler



Design ditt eget kogger fra Angel, velg mellom mange farger og lag ditt personlige kogger med navn på kogger og belte. Priser variere ut i fra antall bokstaver du ønsker.



# NM innendørs

For annet år på rad ble NM Innendørs avholdt i Nord-Norge, og denne gang var det Bodø Bueskytterforening som i sitt 50. år sto for arrangementet. I denne anledning ble klubben overlevert en jubileumsplakett fra NBF's president, Vigdis Landskaug, under hennes avslutningshilsen til arrangøren.

**Her takket hun arrangøren for et meget godt gjennomført mesterskap, en gjennomføring som klubben skal ha all ære av. Kort sagt; meget bra !**

I år hadde noen flere funnet veien nordover, noe som nok i første rekke skyldes ganske gode kommunikasjonsmuligheter til Bodø, og såpass mange som 211 skyttere var samlet til dyst i den store Nordlandshallen – en hall som er godt egnet til mesterskap som dette. Klokkelig nok hadde arrangøren trukket mattene så nære tribunen bak skytelinjen som mulig, og de fleste iakttakere hadde rimelig god oversikt over det som foregikk.

Det hersket noe spenning omkring avviklingen av finaleomgangene som følge av at man denne gang skulle gjennomføre sett-skyting, med opp til 5 sett (=15 piler), og dermed bruke noe mer tid på skytingen.

Imidlertid fungerte dette til alles tilfredshet, i og med at NBF's resultatstab tok seg av resultatene etter hvert som de forskjellige matchene ble avsluttet, slik at neste matchomgang kunne starte nærmest umiddelbart etter at de siste matchene – og evt. shoot-off – var avsluttet. Faktisk gikk det så fort at man måtte legge inn en liten pause, for å holde det oppgitte tidsskjemaet, slik at man sikret at alle skytterne faktisk var tilstede i hallen (og at TV-fotografen kunne ankomme i tide til kongepokalfinalene). Men selv med denne pausen avsluttet man før tiden, og det fine med å ha mesterskap litt utenfor det sentrale østlandet, er at de fleste er tilstede for å hylle premie- og medaljevinnerne – en god ting.



*Glimt fra hallen!  
Her ser vi noen av  
jentene i full  
sving.*

Men la oss starte med det første først. Innledningen ser mange som bare en "oppvarming" til neste dags finaler, men for de fleste er det likevel litt spenning i hvorvidt de faktisk klarer å kvalifisere seg

blant dem som går videre. I de største klassene har vi naturligvis størst "frafall" idet bare 16 skyttere går videre (av for eksempel 42 deltakere i compoundklassen).

I denne sammenhengen er det alltid litt spenning i å se hvor mange poeng man må ha for å nå "kuttet", og på forhånd var det mye gjetning omkring dette temaet.



Man kan si at det var jevnt, men det var også ganske påfallende at de store resultatene uteble.

I herrenes recurveklasse ble Bård Nesteng fra Fredrikstad, ikke uventet, best i innledningen, men det ble "bare" 573 p. Nærmest fulgte Magnus Pilskog Stein fra Førde på 571 p.

***Magnus Pilskog Stein ville ikke la seg vippe av pinnen uten å ha blitt fra seg....***

Var det så noen overraskelser her? Litt hyggelig at unge utøvere som Espen A. Andersen fra Bærum og Anders Sommerfelt Nielsen fra Hvalstad passerte nåløyet, og kanskje litt overraskende at Vetle Risinggård var helt nede på 14. plass i innledningen.

Op så måtte man ha 542 p. for å gå til matchskytingen, hvilket er "helt normalt" for denne klassen. Det er liksom rundt her man ligger på 16. plass.

I herrenes compoundklasse, som var mesterskapets største – noe som kanskje skyldes oppsett av kongepokal – sto Vegard Myrvang fra Larvik løpet best, men her ble det uvanlig svake resultater. Vegard toppet på 579 p. Men som vanlig var det jevnt og man måtte ha 561 p. for å kvalifisere inn for søndagsskyting, og ha nervene under kontroll i shoot-off. Det måtte nemlig shoot-off til for å knipe den gjeve (?) 16. plassen, og det mellom tre skyttere. Ringreven Arne Kjærland, Klepp, knep denne plassen, bl.a. på bekostning av Roger Joensen fra Fauske som man kanskje hadde forventet skulle være med litt høyere oppe på stigen.

***Arne Kjærland fra Klepp – en ringrev ? Det ble dog med eliminasjonsrunden denne gangen (ark.foto).***



I damenes recurveklasse var det gledelig stor deltakelse etter norske forhold, idet hele 14 damer stilte på startstrekken. Innledningen ga dog ingen store overraskelser, og spesielt ble det en parademarsj for Vera Kribe fra Finstadbru som med sine 549 p. var godt foran de andre skytterne. Heidi Bjelland, Larvik, endte nærmest på 530 p. – og det er vel omtrent det hun er god for og gjorde dermed jobben sin.

Damene skjøt jo også om Kongepokal – sammen med damene i tradisjonell – der favoritt Anita Lien, Tinden, skjøt best. Men hun fikk følge til døren av Inger Edvardsen, Hvaler IL – det ble bare ett fattig poeng etter....

Ellers må man vel si at lørdagens mann ble Christoffer Furnes, Tinden, som toppet juniorklassen i recurve med 575 p. – dagens høyeste. Det skal han ha all ære av, men det setter jo seniorennes innsats litt i perspektiv. Det var likeledes lovende skyting av Jørgen Myrvang blant compoundjuniorene. Med 574 p. sørget han for en god dag for Myrvang-familien.



### *Christoffer Furnes – beste recurveskytter i innledningen. Et tankeors ?*

Honnør også til Runa Grydeland, kadettjenta fra "Trøndelagen" som tydeligvis har fått et ekstra løft gjennom toppidrettslinja i Sandefjord, og som like godt stilte opp i seniorklassen for å få bedre matching. Og med sine 569 p. var hun godt foran damene våre i innledningen.

Med endrede aldersklasser der juniorene er blitt eldre og kadettene likeså, har vi jo fått en ekstra klasse (rekrutter). Dette innebærer selvsagt også at vi får flere små klasser, som i seg selv er litt uheldig, men som vi håper skal endre seg ved at vi blir flere på linja. Blant disse klassene kan vi jo trekke fram

den største, recurveguttene rekruttklasse, der vi finner flere lovende talenter (som må tas vare på og følges opp). Kristoffer Nikolaisen fra Tinden og Bjørnar Saurdal fra Klepp fulgte hverandre "til døren", som det heter og toppet på hhv 542 og 539 p. Og det var hele 5 skyttere innenfor 12 p. margin, så man så med spenning fram til søndagens match-skyting.

Lagkonkurransene blir ofte jevne innendørs, men dessverre får man ikke i særlig grad føle spenningen – i og med at man ikke skyter matcher slik man gjør utendørs. Sandefjord BS gikk til topps i compound, takket være god skyting av Runa Grydeland (som nevnt). Forøvrig henvises det her til resultatene på vår nettside.

La oss hoppe over til søndagens "finaleskyting"; Her skulle vi nå benytte såkalt sett-skyting istedenfor å summere score, og dette ble en positiv opplevelsen. Mange følte at dette ble mer spennende og tilbakemeldingene var gode, særlig fra publikum (som det jo ble flere av etterhvert som dagen skred fram). Vi starter med damene (recurve), der Vera Kribe fortsatte god skyting og eliminerte Berit Nordskog, medaljevinner fra fjoråret, i tre strake sett. Heidi Bjelland var også stødig i andre enden av skalaen, selv om hun måtte ha et sett til for å ta knekken på Beate Stensbye fra Lillestrøm. Men omgangens "høydare" sto Hedvig Vik-Strandli, Ullensaker og Siv Jystad, Lillestrøm for. Det ble en "neglebitende" spennende match der de endte 5-5 i sett-poeng og gikk inn i en shoot-off. Med en åtter hver, måtte man ty til regelen om nærmest senter (som nå gjelder etter ett skudd) og tidligere medaljesanker Siv Jystad måtte pakke kofferten.

I semifinalen ble det noe tøffere klima for Vera Kribe, men det ble til slutt 6-2 mot Bente Larsen fra Tinden. Sistnevnte hadde i kvartfinalen skutt seg til 6-0 over Oddrun Hellebakken til tross for at de var helt likt i innledningen dagen før.

I den andre semifinalen hadde Heidi Bjelland og Hedvig Vik-Strandli vunnet annet hvert sett fram til 4-4 og siste sett. Og igjen hadde Hedvig marginene på sin side med en god avslutning, og plassen i gullfinalen ble sikret. Der ble det imidlertid bråstopp, idet Vera Kribe tok grep om matchen og vant gullet i tre strake sett.

Bronsefinalen mellom Bente Larsen og Heidi Bjelland ble imidlertid svært så spennende. På 4-4 i sett poeng klarte de å skyte samme poengsum i det 5. settet og ny shoot-off i klassen måtte til. Begge skjøt gode 9-ere, men Heidi fikk med seg bronzen med noen millimeters klarung.



***Vera Kribe fra Finstadbru –  
suveren kongepokalvinner denne  
gangen.***

Blant damene med tradisjonelt utstyr, fikk vi en overraskelse i kvarfinalen der Iris Finnøy fra Harøy IL slo ut Sissel Storelv, Tinden med 6-2. Forbundsstyrets medlem var ”skikkelig forbanna på seg sjøl” etter den smellen. Ellers var det en både overraskende og pussig situasjon i kvartfinalen mellom ”topp rankede” Inger Edvardsen (Hvaler IL) og Ida Aspnes fra Harstad. Overraskende fordi matchen gikk til shoot-off, og for å gi hjertestans

til heia-gjengene, skjøt de begge en bom. Utropet ”Er det muuulig...” kommer til å bli husket lenge. Inger Edvardsen hadde imidlertid det minst dårlige skuddet og gikk videre..... Sistnevnte samlet seg dog i semifinalen mot Iris Finnøy med seier 7-1. I den andre semifinalen møttes Anita Lien og Irun Dahl Elverum, Moss, og det må vel betraktes som ganske overraskende at klassens storfavoritt måtte takke for seg (6-2) og senere nøye seg med bronzen. I selve finalen fikk vi se en svært ujevn skyting, men Inger Edvardsen avgjorde udiskutabelt til sin fordel med 6-2 i dette Østfold-derbyet.

I herrenes compoundklasse som også skjøt om denne gjeve pokalen, kan vi vel ikke si at det skjedde noen store overraskelser i først matchrunde, men vi konstaterer at fjorårets finalister, Bernt Aaknes og Hugo Johansen, begge måtte si takk for seg. I kvartfinalen begynte det å utkrystallisere seg noen klare signaler om hvor dette skulle ende, Vegard Myrvang fikk en grei seier mot Bjørn Mikalsen fra Vidar, selv om sistnevnte tok det første settet, mens Morten Bøe gjorde kort prosess med klubbkamerat Marius Handrevet. Thomas Sandberg, Lillestrøm og Roger Jarnstedt, Porsgrunn sto for en riktig ”thriller” som førstnevnte avgjorde i siste sett til sin fordel, mens Paul Ole Hagen, Elverum og Mats I. Smørdal (som ikke hadde lagt opp likevel) måtte ut i shoot-off. Det ble 10-9 til Hagen på det skuddet og semifinale.



***Thomas Sandberg (ark.foto) hadde  
”skumle hensikter”, men.....***

I semifinalen møttes kamphanene Vegard Myrvang og Morten Bøe. Sistnevnte åpnet matchen i fin stil med 2x30 og 4-0 i ledelse. Men Vegard ”bet seg fast”, holdt 3. settet til 1-1, og tok det fjerde settet med en fin 30-serie. Men da begge skjøt et svakere siste sett til 28-28, så fikk Morten det poenget han trengte for plass i gullfinalen.

I den andre semifinalem skjøt Thomas Sandberg svært solid og kunne smykke seg med en solid 7-1 seier over Paul Ole Hagen. Nå er det jo ingen hemmelighet at Morten Bø til slutt vant kongepokalen, og sifrene ble så klare som 7-1. I så måte beviste vel Morten at hans plass på "tronen" ikke er truet for tiden.

Litt tilbake til damene; compound seniorklasse, der Runa Grydeland (kadetten) var klart beste skytter, og finaleseieren 6-0 over June Svensen understreket dette – i en klasse med uvanlig få deltakere. Wenche Solbakken, også Sandefjord, tok bronzen med 6-2 over Kristine Storelv fra Tinden.

I herrenes recurveklasse gikk 1/8-delsfinalen helt etter programmet, for å si det slik. Mest oppmerksomhet knyttet det seg kanskje til matchen mellom Robert Landskaug og Vetle Risinggård. De tilhørte begge favorittskiktet, men Vetle hadde et svakt resultat lørdag og man var jo litt nysgjerrig på hvordan dette ville ende. Robert skjøt imidlertid godt og vant 6-0. I kvartfinalen møtte været man en stund en sensasjon i matchen mellom Bård Nesteng og Tor E. Nordskog, idet sistenevnte – etter et uavgjort første sett – tok hjem andre sett og ledet 3-1. Men Bård skjerpet seg, vant de tre neste settene og dermed matchen. Sigmund Lindberget var i draget mot Ken Henry Tesaker (6-0), og godtskytende Magnus P. Stein skjøv Jan Askeland ut av konkurransen med 6-2. De fleste konsentrerte seg nok om matchen mellom Robert Landskaug og Njål Åmås – 5. mann i årets EM. Robert åpnet med 30-29, men tapte alle de neste settene med ett poeng. Så med 6-2 her, hadde Njål Åmås god selvtillit inn i semifinalen mot Magnus P. Stein. Han tok da også første settet, men så festet Magnus grep, samtidig som Njål ikke fikk ut sitt aller beste. Det ble 6-2 til Magnus og gullfinaleplass. Og her fikk han en motstander mot gode odds. I den andre semifinalen måtte Bård Nesteng takke for seg mot Sigmund Lindberget. I en match med noe ujevn skyting avsluttet evigunge Sigmund med 29 og 30, hentet hjem to sett og seier med 6-2. Dermed fikk vi en "feil" gullfinale som ble meget spennende. Sigmund startet med to gode 29-serier og ledet 4-0. Men så fikk Magnus mer skikk på sakene og etter å ha redusert forspranget i tredje sett, vant han det for ham så avgjørende 4-settet med 30-29. Dermed sto det 4-4 før det 5. og avgjørende settet. Jevnt ble det og intet var avgjort før siste pil slo inn – det ble 29-28 til Sigmund Lindberget som dermed sikret sitt første innendørs-mesterskap og beviste at "de gamle er eldst". Han leder jo vår satsingsgruppe for ungdom og burde ha noe å lære bort.

***Sigmund Lindberget tok en populær seier og bekreftet ordtakene om at "de gamle er eldst" – om noen hadde betvilt det.***

I tradisjonell herrer hadde Daniel Lauritsen fra Moss kommet fra "intet" og vunnet innledningen. I kvartfinalen møtte han Stig-Rune Hanssen fra Narvik BS som viste seg være en god matchskytter og som slo til med seier 6-2. Steinar Høllås fra Surnadal har skutt bra i mange stevner og det samme hadde Bjørnar Burdahl fra Førde. Nå skulle de møtes i en NM-match, og det behersket førstnevnte best. Det ble 6-2 også her.



Så røyk Trond Kvitnes – en forventet finalist - helt overraskende for Tindens Svein Nikolaisen med 6-2, og var nok ikke fornøyd med skytingen. Stein Anzjøn fra Klepp, andremann innledningsvis, måtte ut i shoot-off etter en spennende match mot Svein Westgård fra Laugen, men rodde det i land med å ha en åtter nærmest senter.



I semifinalen skjøt Steinar Hølås godt og satte en stopper for Stig-Rune Hanssens gryende ambisjoner (fikk for øvrig bronse etter hvert...) med solide 6-2, og Stein Anzjøn gikk til finalen med de samme sifre mot Svein Nikolaisen. Gullfinalen ble svært jevn og spennende, men Steinar Hølås tok hjem NBF-pokalen, gull og glitter til Surnadal med jevnere skyting enn Stein Anzjøn. Men matchen var mer spennende og uviss enn 6-2 kunne tilsi.

***Steinar Hølås mottar hyldesten, mens Stein Anzjøn (t.v.) og Stig-Rune Hanssen også ser rimelig fornøyd ut med innsatsen sin.***

Blant gamlegutta i compound la man for en stor del mest merke til at Ørnulf Ørmen var tilbake i folden, klarte ”kuttet” så vidt, men behersket matchskytingen godt nok til å ta en bronsemedalje. Gullfinalen ble svært så spennende, idet man måtte ut i shoot-off mellom Sigmund Johansen og Svein E. Nordeng. Begge har vært jevnt bra i vinter, men de fleste hadde nok satt en knapp (eller to) på førstnevnte. Men Svein Nordeng viste seg å være en ringrev og holdt støttejulene i ro til 10-9 i shoot-off – og gullmedalje i klassen.



Holder vi oss til de største klassene blant ungdommene, så var det kanskje størst interesse for recurvejuniorerne, der vi finner mange av satsingselementene våre. En av dem, Eivind Lie, måtte dog pakke kofferten etter 2-6 mot arrangørens Borgar Kvammen; populært selvsagt blant de lokale støttespillerne.

***Borgar Kvammen fra Bodø BF yppet seg.....***

I et ”innbyrdes” oppgjør mellom Lars-Henrik Nysteen, Bærum og Marius Halvorsen fra Larvik viste førstnevnte at han var i bra slag med 7-1 i sett. Christoffer Furnes og Simen Burhol tok

seg lett videre til semifinale, der førstnevnte slo ut unge Nysteen i en spennende 5-setts match, mens sistnevnte satte en solid bom for Bodø's håp om finaleplass. Det ble til slutt gullmedalje på Christoffer takket være jevnere skyting enn Simen, mens vi fikk en kjempematch i bronsefinalen mellom Borgar og Lars-Henrik, og publikum våknet til liv. Det ble 5-5 der skytterne fulgte hverandre som skygger, og spennende avgjørelse med 10-9, som ”pynt på kaka”, til Lars-Henrik.

I kadettklassen (recurve) ble det i hovedsak favorittseire og våre to beste kadetter gjennom hele vinteren, Aslak T. Sande fra Klepp og Simen Nyhaven, Kristiansand – også de to beste innledningsvis – møttes til slutt i gullfinalen. Vi fikk nok en gang en spennende utvikling idet Simen tok lett de to første settene, hvoretter jærubuen skjøt to meget bra serier og utliknet til 4-4 før siste sett. Men Simen hadde kontroll på sine ting og skjøt gode 29 i siste sett og sikret gullet.

I rekruttklassen – også recurve – måtte Bjørnar Saurdal slite i første matchen mot Peter Haugdal fra Stoksund, og matchen gikk til shoot-off og ble avgjort med 10-9. For øvrig ble det mest favorittseire i de øvrige matchene, da det er store kvalitetsforskjeller i klassen.



Kristoffer Nikolaisen endte som ventet (basert på innledningen) i finalen, etter 6-2 mot Sindre Olufsen fra Stavanger i semifinalen, mens Bjørnar Saurdal måtte slite seg til 6-4 mot klubbkamerat Nicolai Vatne i sin semifinale.

Finalen ble god og spennende. Kristoffer matchen endte 6-4 etter disse sett-resultatene; 30-29, 27-28, 28-29, 30-27 og 30-27. Den gule flekken i midten virket ikke avskrekkende på disse to....

***Kristoffer Nikolaisen fra Tinden hadde ikke ”gullskrek” !!!***

Medaljevinnerne ble; (se fullstendige resultater på [www.bueskyting.no](http://www.bueskyting.no))

Damer recurve:

1. Vera Kribe, Finstadbru
2. Hedvig Vik-Strandli, Ullensaker
3. Heide Bjelland, Larvik

Damer tradisjonell:

1. Inger Edvardsen, Hvaler
2. Irun Dahl Elverum, Moss
3. Anita Lien, Tinden

Damer compound:

1. Runa Grydeland, Sandefjord
2. June Svensen, Lillestrøm
3. Wenche Solbakken, Sandefjord

Damer jr. recurve:

1. Solveig Wulff, Hvalstad
2. Siri-Lise Engebretsen, Sandefjord

Jenter kadett, recurve:

1. Wanja Richardsen, Moss
2. Runa Gjerland, Førde
3. Caroline Syverud, Larvik

Jenter kadett, compound:

1. Julie Svensen, Lillestrøm
2. Kristin Fuglevåg, Tustna

Jenter rekrutt, recurve:

1. Anette Ihlen Lysnes, Larvik
2. Margrethe Nermark, Harstad
3. Regine Finjord, Harstad

Jenter rekrutt, compound:

1. Maiken Hosen, Stoksund

Herrer compound:

1. Morten Bøe, Sandefjord
2. Thomas Sandberg, Lillestrøm
3. Paul O. Hagen, Elverum

Herrer recurve:

1. Sigmund Lindberget, Elverum
2. Magnus Pilskog Stein, Førde
3. Njål Åmås, Klepp

Herrer tradisjonell:

1. Steinar Hølås, Surnadal
2. Stein Anzjøn, Klepp
3. Stig-Rune Hanssen, Narvik

Herrer barebow:

1. Nathan Lediard, Surnadal
2. Johny Sandbæk, Sandefjord
3. Rune Næri, SK Vidar

Herrer 50 – compound:

1. Svein E. Nordeng, Lillestrøm
2. Sigmund Johansen, Tustna
3. Ørnulf Ørmen, Gjerdrum

Herrer 50 – recurve:

1. Norulf Åmås, Klepp
2. Ole M. Stein, Førde
3. Helge Møller, Fredrikstad

Herrer jr. recurve:

1. Christoffer Furnes, Tinden
2. Simen Burhol, Lillestrøm
3. Lars-Henrik Nysteen, Bærum

Herrer jr. compound:

1. Hogne W. Skar, Tustna
2. Jørgen Myrvang, Larvik
3. Jonathan Waggstad, Larvik

Gutter kadett recurve:

1. Simen Nyhaven, Kristiansand
2. Aslak T. Sande, Klepp
3. Tommy Gryttingslien, Førde

Gutter kadett compound:

1. Mads Haugseth, IL Yrjar
2. Martin Olaisen, Stoksund
3. Remi A. Kvelland, Lyngdal



*Julie Svensen (ark.foto) i aksjon....*



*Jon- Arne Storelv – et stykke igjen....*



*Hogne Winje Skar – favorittseier...*



Kadett tradisjonell:

1. Henrik W. Hansen, IL Skrim
2. Jon I. Nettet, Ørje
3. Magnus Sverkeli, Bergen

Gutter rekrutt recurve:

1. Kristoffer Nikolaisen, Tinden
2. Bjørnar Saurdal, Klepp
3. Sindre L. Olufsen, Stavanger

Gutter rekrutt compound:

1. Solve Skar, Tustna
2. Anders Ramstad, Tustna
3. Morten Winther, Stoksund

Rekrutt tradisjonell:

1. Håkon Opdal, Tinden
2. Jacob Weiseth, Lillestrøm



*Sindre Olufsen og Bjørnar Saurdal i match*

---

---

## Leserinnlegg:

### Vedr. klubbantrekk ved NM

En kommentar fra presidenten, generalsekretæren (i egenskap av dommerutdanner) eller en annen passende person om det faktum at man truer med reaksjoner som det ikke finnes grunnlag for i regelverket, hadde etter min mening vært en god ide. Det er her ikke bare snakk om formuleringen.

Angående å løse situasjoner til det beste, vil jeg nesten si det er jo enda verre om det viser seg at de ikke gjennomfører det de truer med. Snakk om uthuling av respekt for regler.

Jeg har sagt det før og jeg sier det gjerne igjen i denne sammenheng; enten har man et regelverk som er til for å følges, eller så må man se å få endret regelverket. Det var klar stemning på Tinget mot å ha et regelverk som inneholder den type reaksjon som loves her. Det må også NM-arrangører respektere, på samme måte som vi som ikke var tilhengere av et påbud om klubbantrekk, må respektere at det er innført et slikt påbud.

Kjetil Kilhavn

### **Generalsekretæren:**

*Innledningsvis går jeg ut fra at innlegget gjelder setningen om at man kan diskvalifiseres dersom man ikke har påbudt antrekk. Nettopp fordi Tinget ønsket en viss fleksibilitet under visse forutsetninger, sies det at man kan diskvalifiseres – ikke at man uten videre vil bli det. Det etterlyses "hjemmel" for en slik reaksjon; den finner man i vårt regelverk C, artikkel 15 h*

*Nå vil jeg gjerne legge til at det var hyggelig å se at skytterne og klubbene har tatt antrekksbestemmelsene på alvor. Det var veldig stilig under NM i Bodø nylig. Derimot var det dessverre litt ymse med hensyn til reklame, men her regner jeg med at dommerne vil rapportere til NBF, slik at vi kan følge opp overfor klubbene – slik rutinene er lagt opp.*

# Måletekniske tjenester



Knntroll av store produkter



Kontroll/scanning av mindre deler



Scanning av store ting - tog, hus, industrilokaler mm



Scanning av historiske data



Design scanning

Vi utfører  
måling med arm,  
lasertracker eller  
laserscanner  
på plass hos deg!



# precitech

PreciTech A/S, Postboks 403, Nyttunvn. 3, N-1401 SKI

Telefon: 64 85 70 50 – Telefax: 64 87 70 77

e-post: [epost@precitech.no](mailto:epost@precitech.no) – <http://www.precitech.no>

# HEDERSTEGN

Under årets NM innendørs i Bodø benyttet vårt eminente Ordenskanselli – representert ved Eva Thesen – anledningen til å hedre en av klubbens frontfigurer i mange år;

## Grethe Riber

med NBF's Hederstegn i Sølv – med dertil hørende diplom.

I tillegg til lokal og regional innsats har Grethe også en periode i Forbundsstyret.

Utdelingen var et populært innslag i forkant av medalje-utdelingen for lag.



---

## Ja, vi elsker.....

Arrangørklubben i NM, Bodø BF, hadde også sørget for et kreativt innslag knyttet til den seremonielle åpningen av mesterskapet.

I tråd med sedvane sto utøverne oppstilt for å høre nasjonal-sangen, som denne gangen ble sunget av et kompetent kor....



# UNGDOMSLEKENE

I Lillehammer, mest kjent for sitt vinter-OL på 90-tallet, ble det helgen i overgangen mellom april og mai avholdt et arrangement som var helt nytt i sitt slag.

Her hadde nemlig 15 forbund gått sammen om arrangementet "Ungdomslekene 2011".

Disse 15 forbundene (idrettene) er de samme som er gått sammen i sponsorsamarbeidet vi kaller "Særforbundsalliansen", og vi syntes at det var et godt tiltak som viser bredden i idretten, i takt med at Norges Idrettsforbund i år fyller 150 år. NIF kastet da også litt glans over arrangementet ved at idrettspresidenten holdt en åpningstale og i tillegg bidro betydelig økonomisk til gjennomføringen.

Mange av idrettene hadde mulighet for å avholde forskjellige norgesmesterskap i yngre klasser, og i alt var det ca. 1200 ungdommer i aktivitet, vesentlig i de berømte idrettshallene "Håkonshall" og "Kristinshall" som ligger vegg-i-vegg på Stampsletta i Lillehammer.

Vi hadde ikke denne muligheten til å legge et norsk mesterskap hit, men vi hadde innbudt til samling for vår satsingsgruppe, som sto for vår konkurranse – og vi hadde også innbudt til en annerledes jentesamling samtidig (se innlegg annet sted i bladet). Vår konkurranse besto av en innledning (ranking) på lørdag og finaleskyting på søndag. Finaleskytingen besto av matcher der treffene ble lagt ut "live" på vår nettside og vi hadde anvisninger pil for pil i hallen. Og det var nok uvant for mange av skytterne med så mye liv rundt seg, det var basketball, biljard, klatring (i vegg), boksing, bordtennis og fekting i samme hallen – slik at det var nok å se på for dem som hadde pauser i sine respektive idretter, og for andre som tittet innom. Spesielt hadde tilhengerne (foreldre ?) til basketballkampene plassert seg slik at de kunne følge med på våre to idretter, og av og til falt klappsalvene og hurra-ropene sammen med gode skudd hos oss.

Skal vi si litt om vår konkurranse, så laget Runa Grydeland og Hogne W. Skar en fin "gullfinalematch" i compound og Paul André Hagen tok revansje for en blek NM-innsats med å sette de andre til veggs med svært god skyting.



*Paul André Hagen fra Elverum skjøt godt og stødig i finaleskytingen. Det lover bra.*

I tillegg hadde begge gruppene glede av Morten Bøe som underviste i utstyrlære og også snakket om mentale forberedelser. Dette foregikk i Kringsjåhallen som vi hadde fått låne i godt samarbeid med Lillehammer BK, der for øvrig også jentesamlingen i hovedsak fant sted. Men litt av poenget med Ungdomslekene var jo også at ungdommene skulle få ”mingle” litt i fellesområdene og delta på fellestilltakene (åpning, diskotek, måltider) med annen fin idretts-ungdom.

Dette var første gangen disse lekene ble avholdt. Det skal nå foretas en evaluering av tiltaket, så får vi se om det vil bli gjentatt, f.eks. annet hvert år. Vi som var med på bueskyting led litt under en planlagt glipp knyttet til TV-opptak og storskjerm, men vi kom fint fram på TV2Zebra etter tilbakemeldinger å dømme. Og vi fikk litt ideer om hvordan vi bør gjøre det ved en senere anledning.



*Hogne Winje Skar holdt unna for Runa Grydeland i compound-finalen!*

---

## Fra Forbundskontoret:

Dessverre har vår utmerkede kontormedarbeider, Stephen Smithurst (som mange kjenner fra våre senere Ting) blitt langtids sykemeldt.

Stephen arbeider for NBF én dag i uka og tar da viktige arbeidsoppgaver til avlastning for generalsekretæren. Med hans fravær ”mister” vi en dag i uka, og det medfører at enkelte arbeidsoppgaver blir liggende ”på vent” eller nedprioritert inntil videre.

Vi beklager de ulemper dette måtte medføre når det gjelder vår effektivitet og servicegrad.

Vi håper selvsagt på en rask bedring for Stephen og forventer forståelse for den oppståtte situasjonen.

**Morten B. Wilmann**  
Gen.sek.

# European Grand Prix, 1<sup>st</sup> leg

## Antalya

*Reisebrev av Vetle Risinggård*

Utendørs sesongen 2011 er kvalifiseringssesong for OL, og som en start på sesongen deltok 2012-gruppa på Grand Prix-stevnet i Antalya 11.-16. april med et påfølgende treningsopphold. Deltakere var Bård Nesteng, Robert Landskaug og Vetle Risinggård. Som leder og trener reiste Jan Erik Humlekjær.



### *Jan E. Humlekjær tok med "2012-gruppa" på tidlig sesongåpning og verdifull trening i Tyrkia.*

Av datoene går det fram at reisen kom tett etter NM, og laget ankom kvelden 11. april, dermed ble det ingen offisiell trening. Den 12. april startet stevnet med innledende runde. For recurve vil det si en FITA-runde, for compound (Norge hadde ingen deltakere her) betyr det nå 72 piler på 50 m (en 50 m-runde). Dagen opprant med sterk vind og lave temperaturer. Det var kuling i kastene og 10-15 °C. Å komme direkte fra 18 m innendørs til 90 m og disse forholdene var ikke optimalt og resultatene gjenspeilet dette. Våre skyttere spredte seg rundt 250, Vetle en del lavere. Vinden fortsatte inn på 70 m, og her gjentok bildet seg, Robert og Bård på

rundt 270 mens Vetle hang ca 20 poeng etter. Til sammenlikning skjøt heller ingen av de beste skytterne opp mot normale poengsummer; 90 m ble vunnet på 286 og 70 m på noe bedre 316. Etter pausen bedret forholdene seg, og poengsummene hevet seg deretter.

Dagen etter, den 13. april, skjøt compound sin kvalifikasjon samt eliminasjonsrunden fram t.o.m. semifinaler. For nordmennene betydde det en treningsdag. Forholdene var nå mye bedre og en god treningsdag rensket det meste av den urene skytingen fra gårdsdagen ut av kroppen. I tillegg fikk skytterne bedre føling med langholdsskytingen.

14. april var det så klart for eliminasjonsrunder for recurve. Spesielt for sesongen er at det til eliminasjonsrunden går 104 skyttere hvorav de 8 beste fra innledningen spares i de to første rundene (fram til 1/16-finalen). Det skytes dermed først en 1/48-finale, deretter en 1/24-finale, så kommer de 8 inn, og det skytes 1/16-, 1/8-finale, etc. Det er, som i fjor, sett-systemet som benyttes. Bård skulle ut mot polske Taratuta (50. plass), Robert mot russiske Garmaev (62. plass) og Vetle mot rumenske Marcu (33. plass). Bård vant sin match (6-2) med overbevisende skyting. Robert kjempet godt mot russeren. Han vant første sett 29-27, tapte andre og tredje 26-28 og 27-29, vant fjerde 28-27 og tapte femte 27-28. Dermed ble det knepent tap (6-4). Vetle kjempet også, men jevnt over for dårlige samlinger og enkelte slengere viser at skytingen hans ikke er helt på plass enda. Til tross for dette vant han matchen mot Marcu (6-4). I neste runde skulle Bård ut mot hviterussiske Kunda og Vetle mot tyske Mayr. Det ble tap i tre strake sett for Vetle. Bård skjøt en jevn match og vant på sifrene 6-2.

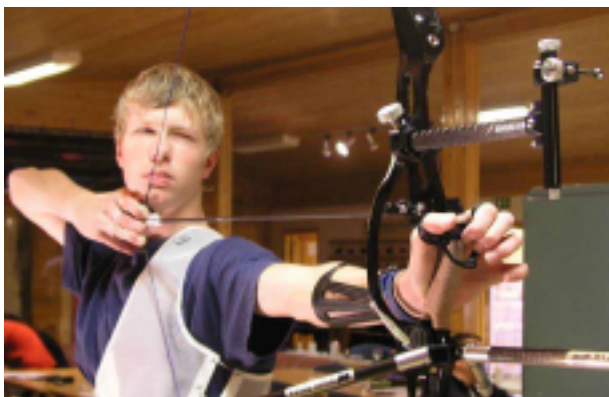


Den neste motstanderen var Badenov fra Russland. Bronsevinneren fra Beijing ble for sterk, og Bård røk 6-0. Skyttere som ikke ender blant de 8 beste rangeres ikke etter annet enn hvilken match de røk ut i, og dermed ble det en 53. plass for Robert, en 33. plass for Vetle og en 17. plass for Bård.

#### ***Bård Nesteng – på sporet av noe bra....?***

Den 15. april ble det skutt lageliminasjon t.o.m. semifinaler. Det norske laget kvalifiserte på 13. plass og møtte Italia (4. plass). Lagfinalene skytes med ordinært finaleoppsett og avgjøres på poeng (24 piler). Italienerne skjøt sterkt, og det ble tap 218-225 for nordmennene. Dette scoret var likevel det beste av de tapende og hadde vunnet flere matcher både i denne og senere runder. Med en bedre oppladning og sterkere skyting i kvalifikasjonen kan laget klatre en god del.

Lørdag 16. april ble det så skutt finaler for lag og individuelt. I herrer recurve, der Norge hadde deltakere, møttes Storbritannia og Italia i lagfinalen. Italienerne tok til slutt hjem seieren, og således var det vel ikke det verste laget å tape for. Marco Galianzo, Italia vant også den individuelle konkurransen. Det er i år åpnet for at klubbsskyttere kan delta i European Grand Prix stevner dersom deltakerantallet ikke fylles opp av de nasjonale lagene. På andre plass endte Thomas Aubert, en fransk landslagsskytter som deltok på vegne av sin klubb Nîmes. Badenov, som felte Bård i 1/16-finalen, tok bronsefinalen. Av andre prestasjoner er det verdt å nevne at Danmarks Louise Laursen tok fjerdeplassen i damer recurve.



Dagene 17.-19. april ble brukt til trening. Her viste våre skyttere jevnt over stigende takter. Dermed kunne nok en bedre oppladning med treningsdager på langhold gjort sitt for å heve resultatene som ble oppnådd i stevnet.

***Vetle Risinggård (ark.foto) har litt igjen - men utstyret forsvant på hjemturen.***

Fullstendige resultater finnes på [www.emau.org](http://www.emau.org) og [www.archery.org](http://www.archery.org).

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

## **Ålgård, 2/4, 60p/18m, KM Region Sør-Vest**

KM for region Sør-Vest ble arrangert i Gjesdalhallen i Ålgård med 30 deltagere fra hele regionen. Det var ingen store overraskelser i dette kretsmesterskapet.

Resultatlisten inneholder bare innledende skyting og vi tar med resultatene for de beste:

C1:	Tommy Figved, Klepp BS	554
	Bent Nødland, Klepp BS	549
C2:	Jørgen S Johansen, Kristiansand BS	549
	Alf Olsen, Stavanger BS	528
	Sven-Erik Vatne, Klepp BS	496
	Gerd Iren Istad, Farsund IL BS	485
R1:	Njål Åmås, Klepp BS	575
	Ken Henry Tesaker, Stavanger BS	562
R2:	Aslak Tegle Sande, Klepp BS	540
	Simen Nyhaven, Kristiansand BS	504
	Norulf Åmås, Klepp BS	499
	Ole-Kristian Olufsen, Stavanger BS	491
R4:	Bjørnar Saurdal, Klepp BS	548
	Sindre Leidland Olufsen, Stavanger BS	540
	Nicolai Knudsen Vatne, Klepp BS	521
	Hallvard Daniel Høynes, Kristiansand BS	503
	Morten Hagen, Klepp BS	489
	Alexander Kraakenes, Gjesdalbuane	381
T1:	Stein Anzjøn, Klepp BS	498
BB1:	Heidi Karine Eilertsen, Farsund IL BS	319
	Danny Istad, Farsund IL BS	204

## **Sverresborg, 3/4, 60p/18m**

Bra skyting av Solve Winje Skar i C4 med 546 poeng og Maiken Hosen er heller ikke langt bak med 539 poeng. Arnfinn Fuglevåg skyter gode 573 i C2, mens Kenneth Søraas vinner C1 på 576 poeng. Jens Erik Vaaler vinner R1 med 561 poeng med Tor Erik Nordskag på andreplass, ett poeng etter.

*Jens E. Vaaler knep seg foran.....*



C1:	Kenneth Søraas, Sverresborg BS	576
	Hogne Winje Skar, Tustna IL BS	570
	Agdar Pettersen, Sverresborg BS	568



	Hugo Johansen, Tustna IL BS	559
	Bernt Marius Aaknes, SK Stoksund	558
C2:	Arnfinn Fuglevåg, Tustna IL BS	573
	Geir Waagen, Sverresborg BS	565
	Mads Haugseth, IL Yrjar	559
	Tore Kristiansen, Verdal HSL	546
C4:	Solve Winje Skar, Tustna IL BS	546
	Maiken Hosen, SK Stoksund	539
	Morten Winther, SK Stoksund	507
R1:	Jens Erik Vaaler, Bærum & Omegn BS	561
	Tor Erik Nordskog, Kristiansand BS	560
	Vetle Risinggård, Kristiansand BS	551
R2:	Geir Vatne, Sverresborg BS	503
R3:	Ivan Haugdal, SK Stoksund	419
R4:	Peter HAugdal, SK Stoksund	510
	Bengt S Aaknes, SK Stoksund	483
T2:	Øyvind Johnsen, Sverresborg BS	404
T1:	Morten Helgeton, Sverresborg BS	467
C5:	Mikael O Skomsvoll, IL Yrjar	529
	Martin Aae, IL Yrjar	524
R5:	David Haugdal, SK Stoksund	512

### **Førde, 3/4, 60p/18m**

Bra skyting av Magnus Pilskog Stein med 577 poeng i R1. Runa Gjerland vinner R2 på 506 poeng foran Jan Roar Sekkelsten på 504 poeng. Bjørnar Burdahl vinner T1 på 504 poeng, mens Magne Aarberg ender på 463 poeng. Finaleskyting i to grupper, de som skyter på 40 cm skivestørrelse og de som skyter på 60 cm skivestørrelse. Ikke uventet vinner Magnus Pilskog Stein gruppen for 40 cm skivestørrelse med 7-1 i sett over Jan Roar Sekkelsten, mens Bjørnar Burdahl vinner den andre gruppen med 6-0 over Magne Aarberg.

R1:	Magnus Pilskog Stein, Førde BK	577
R2:	Runa Gjerland, Førde BK	506
	Jan Roar Sekkelsten, Førde BK	504
	Ole Magnar Stein, Førde BK	496
	Tommy Gryttingslien, Førde BK	483
R4:	Trym E Høgelid, Førde BK	454
T1:	Bjørnar Burdahl, Førde BK	504
	Magne Aarberg, Førde BK	463
T5:	Benjamin Bjerknæs, Førde BK	488

### **Utendørs sesongen 2011 begynner.**

Dette var rapport fra det siste innendørsstevnet i vår. Nå er det skyting utendørs som gjelder, og da kan det være mye jobb med trimming av bue og piler og testing av nytt utstyr. For dere som ikke er så veldig gode på utstyr kan det lønne seg å spørre noen i klubben som har holdt på en stund, og som kan hjelpe til med grovinnstillingen av buen. Det kan spare dere for mye jobb og ergrelser dersom dere bruker litt tid på dette før skytinga starter. Begynn skytinga på kort hold hvis dere er veldig usikre på hva dere skal stille siktet på. Så kan dere skyte gradvis på lengre og lengre avstand.

Jeg ønsker alle sammen en god sommer og mange gode opplevelser med buen i bagasjen.

# Tradbow Norge

www.tradbow.no

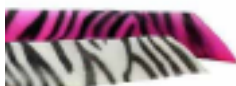
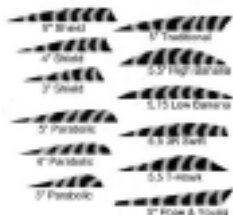
post@klaa.no



**DALAA** Take down barebow  
Veil pris fra kr: 5900,-



**PILER** og **SKAFT**  
Mange typer piler og skaft i  
tre, karbon og aluminium.  
Alle prisklasser.



**KALKUNFJØR:**  
I mange størrelser, farger og  
fasonger.



**DVD** Buebygging  
Div filmer



**MONGOL** Rytterbue  
kr: 2250,-



**BAKKA BOWS**  
Norske håndlagde langbuer!  
Veil pris kr 6450,-

# DELTAKERTOPPEN INNE 2010-2011

Lillestrøm & OB	27
Larvik BS	20
Klepp BS	17
Tustna IL	15
Lyngdal IL	14
Harstad BS	14
Hvaler IL	12
SK Stoksund	12
Tinden BK	11
Bodø BF	11
Sandefjord BS	11
Førde BK	10
Sverresborg BS	9
Tønsberg & OB	9
Bærum & OB	9
Fredrikstad BS	8
Kristiansand BS	8
Fauske HIL	8
Moss BS	7
SK Vidar	7
IL Yrjar	7
Roan Pistolklubb	6
Elverum BS	6
Skrim IL	6
Narvik BK	6
Stavanger BS	6
Drammen BS	6
Ullensaker BK	5
Finstadbru BS	5
Gjesdalbuane	5
Hvalstad IL	5

Ja da kommer den endelige lista for deltagertoppen innendørs i sesongen 2010/11.

Kun en klubb, Sverresborg BS, har har klart å klatre på lista nå i innspurten.

Det betyr at vi igjen må gratulere Lillestrøm & Omegn Bueskyttere som landets mest aktive klubb.

De har et godt forsprang til Larvik BS på annenplass.

Men nå starter vi med blanke ark i forbindelse med ute-sesongen 2011.

Jeg vil ønske dere alle lykke til og kanskje vi treffes i løpet av sommeren.

Sissel



*Simen S. Burhol får anledning til å representere vinneren..*

## Jentesamling under Ungdomslekene av Solveig Wulff

Fredag den 29. april var det igjen tid for en jentesamling. Denne gangen gikk turen til Lillehammer, i sammenheng med Ungdomslekene som ble arrangert der. Vi var til sammen 11 jenter som var på tur med Sissel Storelv og Heidi Bjelland. Fem av oss møtte Heidi på Oslo S og tok toget til Lillehammer derfra, mens resten møtte Sissel på Gardermoen og hoppet på det samme toget som oss derfra.

Vel fremme på togstasjonen fikk endelig alle hilst på hverandre mens vi ventet på maxi-taxien som skulle ta oss til Birkebeineren Hotell. Vi var tre trad-skyttere, en compound-skytter og sju recurve-skyttere. Leilighetene vi bodde i var supre, og vi ble fordelt på tre stykker der fem, to og fire pluss Heidi og Sissel bodde sammen. Femmer-rommet var vi fem som tok toget fra Oslo, og fikk det selvutnevnte navnet «Gullfiskmafiaen», som beskrev oss generelt ganske godt.

Etter et kjapt infomøte i en av leilighetene var det tid for å spise middag. Da fikk vi utlevert hver vår matkupong så vi kunne spise sammen med resten av deltagerne på Ungdomslekene i et stort telt mellom Håkonshallen og Kristinhallen. Opplegget var det samme for både lunsj og middag på lørdagen, og for lunsjen på søndagen, og det var uproblematisk så lenge man ikke mistet lappen før man fikk spist, noe som flere av oss var veldig flinke til. Etter lasagne-middagen hadde vi fri til å gjøre det vi ville, og noen av oss brukte den blant annet til å se på film.

Lørdag morgen spiste vi frokost på hotellet halv åtte før alle sammen ble kjørt bort til Kringsjåhallen. Der hørte vi på et interessant foredrag av Morten Bøe om mental trening, som inneholdt blant annet hvordan man skal styrke sin egen selvtillit og gjøre seg selv mere forberedt til konkurranser. Etter foredraget gikk vi ned i selve hallen for å skyte litt mens Morten studerte teknikken vår og gav oss tips til forbedring. Vi fikk også med oss litt utstyrslære.



Etter skytingen lot vi utstyret være igjen i hallen mens vi dro tilbake til Håkons- og Kristinhallen for å spise lunsj, som for så vidt bestod av pølsegrøt. Mellom lunsj og middag hadde vi valget mellom å dra tilbake til Kringsjåhallen for å skyte, sitte i leiligheten eller å dra ned til sentrum, men alle måtte møte i Kringsjåhallen klokken fire for informasjon om resten av kvelden og morgendagen. Det var strålende sol og kokende varmt hele dagen, så det var utrolig deilig å bare være ute i det fine været. Middag med ris og noe kylling-greier kom og gikk og vi hadde fritid til klokken halv ni, for da skulle diskoen starte.

Som de supre idrettsutøvere vi bueskyttere vi er, så var vi de som startet å danse når diskoen startet og de siste som sluttet å danse. Noen valgte å skyte i Kringsjåhallen i stedet for å gå på disko, men alle på gruppa som ville, var nedom diskoen minst en gang i løpet av kvelden. Etter hvert som mørket kom, hetet dansegulvet seg gradvis opp og de som ville danset med hverandre eller med en gjeng gutter fra boksegruppa som danset ivrig med oss. Diskoen dabbet av litt før tolv, men da var de fleste ganske slitne, og vi gikk til våre respektive leiligheter for å sove eller drive med rolige aktiviteter.

Søndag morgen før frokost var tiden for å pakke og rydde i leiligheten før vi tok med oss bagasjen ned til hovedbygningen. Klokken åtte spiste vi frokost, og klokken ni dro vi bort til hallen for å skyte. Vi måtte skyte minst tretti piler der vi skulle fokusere på å jobbe med en del av teknikken vår. Da klokken etter hvert ble elleve pakket vi sammen alt utstyret og gikk tilbake til Håkonshallen for å se på finalen som de to finalistene fra satsinggruppa skulle skyte. Vi fulgte spent med fra tribunen mens Paul Hagen skjøt mot Simen Burhol i finalen som endte med 6-0 til Paul.

Etter finalen gikk vi samlet for å spise lunsj, denne gangen var det kjøttboller og potetmos, og for å slå i hjel den tiden vi hadde igjen før vi skulle reise. Vi brukte da muligheten til å se på finalene som ble gjennomført i de andre konkurransene, noe vi syntes var ganske spennende og morsomt å se på. Til slutt var det på tide for den slitne gjengen å reise hjem, og vi tok alle en taxi til stasjonen og satte oss til rette i det nesten tomme toget. Som et bevis på at oppholdet vårt hadde vært flott, etter en hel helg med sol så begynte det å regne akkurat i det vi var klare til å kjøre fra stasjonen.



Solveig.....

Alt i alt har det vært en utrolig morsom samling med noen kjente fjes fra tidligere samlinger, og en del nye fjes. Jeg vil på vegne av oss juniorjentene takke Sissel og Heidi for en flott tur med et supert opplegg, og for at dere holdt ut med oss og alt det rare/gærne vi fant på denne helgen. I tillegg håper jeg alle gleder seg til neste jentesamling, det gjør i hvert fall jeg!

- OOO -



# SKYTETEKNIKK –HVILKEN MODELL?

*Red:*

*Når det snakkes om skyteteknikk, refereres det ofte til hvilken modell vi skal benytte, og ofte sees det ukritisk til dem som til enhver tid skyter best.*

*Nedenfor har vi hentet noen visdomsord fra svenske Bågskytten, der Leif Janson – velkjent svensk elitetrener gjennom en årrekke og ofte benyttet av NBF på forskjellige kurs, er intervjuet av Mikael Svahn.*

*Bildene er av hhv Dean Alberg (FITA) og Mikael Svahn (SBF), mens redaktøren selv har stått for en tilpasset norsk oversetting.*

Her skal vi nyansere bildene mer enn bare å titte på en spesifikk modell. Hvordan har man kommet fram til en måte å skyte på – rent teknisk? Mest sannsynlig har man sett seg omkring, analysert hvordan andre land gjør og hva som passer sin egen befolkning og kultur.

Samme fremgangs måte kan man med fordel anvende på den enkelte skytter. Hva passer for ham eller henne ut fra de rådende forutsetningene. Slike forutsetninger kan handle om hvordan man fysisk er bygget, om tid til trening, eller like gjerne hvordan skytteren fungerer mentalt.

Er kunsten å skyte en bue en spørsmål om hemmeligheter, i den forstand at vi ikke har kommet på denne ideen enda, eller kan det være et spørsmål om å velge den siste teknikkmodellen ”der ute”?



*Stilstudie fra World Cup*

Koreanernes skyteteknikk selger seg jo selv med sine svært gode resultater og all medaljene de vinner i de store mesterskapene. Men koreanernes fremgang er mest et resultat av følgende elementer:

- 1) Tilpassing til hvordan man i Korea fysisk er bygget.
- 2) Utvalg (Bueskyting finnes i skolen)
- 3) Profesjonell trening
- 4) Miljø; tøffe krav til uttak til internasjonale konkurranser; og fremgang føder fremgang.

## Sverige og USA

Sverige og USA har gjennom årene vært svært gode bueskytternasjoner. Vi har arbeidet oss fram til en skyteteknikk som passer oss, sier Leif Janson. La litt av denne ingrediensen være med, samtidig som vi selvsagt skal lytte til hva f.eks. koreanerne sier. Leif Janson har hatt mange inngående samtaler med Professor Um Sung-Ho som er utdanningsansvarlig i Korea.

*Hvilke deler av skyteteknikk var du og Um Sung-Ho enige om?*

LJ: Professor Um og jeg har aldri vært uenig om noe, og i grunnen skiller det lite eller ingenting i vår grunninnsikt.

Men det som skiller er at de har en helte annen support i alt det de gjør!

*(Red: Idrettspolitisk fordi bueskyting er den idrett som henter flest OL-medaljer til Korea og økonomisk fordi bueskytingen er høyprofilert. Under VM i Korea sist gang, ble jeg fortalt at Hyundai sponset bueskytteridretten med 11 mill. euro = ca. 90 mill. kroner i 2009)*

LJ: Man har også bueskyting i skolen, ja også på Universitetet, og slikt gjør mye, i tillegg til tøffe uttak ved valg av deltakere til VM, OL etc. Hvor mange har vi å velge mellom? Om våre beste er ute av form eller syke, så har vi ingenting. Våre dyktigste bueskyttere og trenere burde delta i trenerkonferanser hvert år. Det er bra å benytte "den svenske modellen" selv om den har noen "år på baken", men trenerne må oppdatere sine kunnskaper årlig om vi skal komme oss videre.

Ser man på koreanernes korte avtrekk, så er dette en konsekvens av det jeg tidligere nevnte om kroppsbygging, koreanerne har stort sett korte overarmer. Lange overarmer eller kompensasjon for andre kroppsulikheter gjør at armene helt naturlig går lengre tilbake også ved gode skudd. Alternativet er å dra hodet langt tilbake (McKinney, USA) for da beveger armene seg en kortere avstand. Vi må se mer på individet og mindre på "modell" (som egentlig bare er et grunnleggende forslag). Jeg påpekte dette allerede for 30 år siden, men vår idrett er jo gammel og teknikkene har funnes i århundrer...

Leif fortsetter: Den svenske modellen baserte seg på eliteskyttere i Sverige og fra øvrige toppnasjoner gjennom observasjoner, intervjuer og erfaringer (deres og mine egne). Det vi la til grunn hos oss, var basert på kunnskap og erfaringer fra alle elitetrener og eliteskyttere for at det skulle passe til svenske forhold – ikke minst fra gruppearbeid ved trenerkonferanser. Det er nemlig vanskelig å overføre f.eks. en koreansk modell til svenske forhold.



*Per Bengtsson (Fra Skive-SM 2009)*

Visst har Pace og McKinney betydd en god del, men vi så også mye på koreanere og finnene (som hadde både Laasonen-brødrene og Poikolainen i verdenstoppen). Eller f.eks. vår egen Tommy Quick. Han skjøt 1321 p. på FITA-runden i 1983. Hvem kan prestere det resultatet i dag med aluminiumspiler? Det er få bueskyttere som trente så hardt som Tommy for å nå en fullendt teknikk, noe som mange i dag tror man får bare man "trener" ved å skyte veldig mange piler. Tommy var dessuten verdensmester også i feltskyting.

Mine definisjoner når det gjelder hvordan andre land skjøt, var:

- a) USA, nøye med utstyret, rask skyting for å tvinge unna all ubesluttet/tilvil, kontinuerlig bevegelse i "timingperioden".
- b) Korea, skolert skyting med disiplinert trening og med mye trenerstøtte. Også de hadde korte sikteperioder.
- c) Finland, hadde mye styrke i sin teknikk med vekttrening. Mye tørrsiktning i vinterperioden uten å skyte. De utnyttet skytetiden på skytelinjen for å "hvile" mellom skuddene. Lengre "timing".

### **Koreanerne er mer lik hverandre.**

Ser man på en gruppe mennesker, er koreanerne mer lik hverandre i kroppen sammenlignet med svensker. Jeg gjorde en del biomekaniske målinger som forsterker den tesen. Vi hadde treningsleire sammen med finner, dansker og nordmenn. Da vi var i USA, trente vi sammen med amerikanerne. Vi jobbet også sammen med italienerne og franskmenn. I 1980-90-årene var andre land mindre interessante.

Sist høst ble det arrangert en felles samling i Lindome med dansker og norske ungdommer, et kjempefint initiativ. Vi behøver flere slike, får nå for tiden virker det som om landene trener hver for seg.



Vi i Sverige var en av verdens beste nasjoner. Hvor står vi i dag? I recurve finnes bare Magnus Pettersson i verdenstoppen.

Leif fortsetter: Hvem har bestemt at grunnstilen skal basere seg på koreansk modell? En koreaner kommer lett inn i ”linjering”, fordi de er født med en forholdsvis kortere overarm. Magnus Pettersson har knapt blitt slått av noen koreaner i matchskytingen, men han drar opp langt på siden av haken og lener hodet inn over pilen/strengen (se bildet). Slike justeringer finnes antakelig ikke i den koreanske modellen.

Når det gjelder utdanning og utdanningsmateriell må man benytte folk som forstår hva man arbeider med....



*Magnus  
Pettersson*

*har funnet sin stil og  
er kjent som  
”koreaner-dødaren”*

---

## Barebow

Det har vært et ”VM” i barebow som er gått over internett, der utøverne må melde inn et forhåndsfastsatt innendørsstevne og senere resultatene derfra.

Dette gjorde Nathan Lediard fra Surnadal, og vår mann valgte et KM der han like godt satte norsk rekord. Det resultatet – 521 poeng – holdt til en 13. plass.

Dette var han godt fornøyd med, siden det var hans første sesong som barebow-skytter.



## Regelhjørnet !

Dette er en fast spalte som omhandler forskjellige regler, gjerne basert på spørsmål fra leserne, prosedyrer for dommere, løsninger av situasjoner som ikke er omtalt i regelverket, nyheter, fortolkninger etc.

#12

### Dommere

Da vi, dessverre, altfor ofte får tilbakemeldinger om "rare" dommere, eller dommerløsninger, kan det være på sin plass å si litt om dommergjerningen.

Først litt filosofi:

En dommers oppgave er å legge til rette for en rettferdig konkurranse, ikke bare mellom de skytterne som faktisk er tilstede, men også i forhold til andre skyttere og konkurranser. Hva menes med det? Jo – man skyter om de samme rekordene, samme ferdighetsmerker og samme krav til opp- og nedrykk som skyttere i andre stevner. Derfor er dette et viktig moment, og som gjør at dommerne må være nøye med kontroll av baneutlegg, skiver etc.

Men skal dommerne få gjort denne jobben på korrekt vis, må stevnearrangører være flinkere til å kontakte dommerne på forhånd, slik at disse kan foreberede seg på tid og også å ha med dommerutstyr. Her syndes det ofte blant stevnearrangørene, og det kan være verdt å nevne at vi har mange dommere som gjerne skulle være i aktivitet, men de blir ikke kontaktet med dette for øyet. Dette er synd, fordi man da også kunne hatt ikke-skytende dommere som fikk tid og anledning til å gjøre en bedre jobb.

Videre er det slik at en dommer har en forpliktelse til å være hyggelig og hjelpsom, selv om han selvsagt må sørge for at reglene overholdes.

Så litt om kunnskap:

Dommerne må selvsagt kjenne reglene og de rutiner som forventes at dommerne skal følge. I disse dager sendes oppdaterte regelverk (Regelverk B og D) ut til dommerne, men regelverkene forefinnes allerede på vår nettside.

Noen dommere finner dessverre opp "egne regler", fordi man ikke kjenner godt nok til regler og rutiner. Det er også uheldig om en dommer ikke er oppdatert, men styrer etter gamle og utdaterte regler. Dette er ofte forvirrende for skytterne.

Vi er selvsagt klar over at mange har påtatt seg å gjennomgå et dommerkurs og ta dommerverv fordi "klubben må ha en dommer". Men det er nå slik at har man påtatt seg et verv, så skal dette gjøres ordentlig. Er man ikke villig til å legge ned den tid (og interesse) som er nødvendig for å bli en god dommer (= gjøre en god dommergjerning), så bør man ikke ta jobben. Man kan kanskje gjøre vondt verre (og skytterne frustrerte).

La disse ord synke inn i forkant av en fin sommersesong. Lykke til alle sammen!





# Mortens Bueshop

Forhandler av alt innen bueskyting til svært konkurransedyktige priser!

Leverer også tjenester innen trimming/oppsett av personlig utstyr, teknikktrening etc etc.  
Ta kontakt v spørsmål.

SUPRA

DOMINATOR PRO

MONEYMAKER X



7990,-

10990,-

8990,-

Har også flere andre PSE modeller fra 2010 på lager som feks: M.Maker X LF, X NI, OMEN.

Carbon Express: 1 dusin komplett m spiss/inserts, fjær og nock: 2100,- (ikke inkl montering)

Med Sportslig hilsen

Morten Bøe, tlf: 92 01 76 45 10-17 alle hverdager

Mail: [bueshop@online.no](mailto:bueshop@online.no)

Nettside: [www.bueshop.no](http://www.bueshop.no)

# B-PostAbonnement

## Returadresse:

Norges Bueskytterforbund  
Serviceboks 1, Ullevål Stadion  
0840 OSLO



[www.buesport.no](http://www.buesport.no)



PSE



HOYT



MATTHEWS

### DENNE MÅNEDENS BESTILLINGSTILBUD:

(PRIS PR DUSIN)

EASTON X10 :	2890KR
EASTON X10 PROTOUR:	2890 KR
EASTON A/C/E	1990KR
EASTON NAVIGATOR	1390KR
EASTON A/C/C	890 KR
SKY ART DIAMOND	2400KR
SKY ART TOPAZ	1490KR

SKY ART ER EN EUROPEISK PRODUSENT, SOM LEVERER PILER FULLT PÅ HØYDE MED DE MER KJENTE MERKENE.

[buesport@gmail.com](mailto:buesport@gmail.com)

Tlf: 47752515