

# Buestikka

MELDINGSBLAD FOR NORGES BUESKYTTERFORBUND

15. årg.

Nr. 3

April-89



**SVEIN T. ANGLEVIK**  
– smiler enda lurere etter NM-gullet!

Foto: Lise Bjelland,  
Rogalands Avis

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

Redaktør:  
Morten B. Wilmann. Tlf. (02) 51 88 00

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

Arsabonnement kr. 70,-

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

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

Stevneannonser: halv pris.  
(Betales samtidig med bestillingen)



Hvis noen undrer seg over for-  
sideteksten, kan jeg opplyse at  
den må sees i sammenheng med  
tilsvarende tekst på forrige num-  
mer (samme bilde).

## VM 1990

Presidenten var i forrige utgave  
av bladet inne på at det foregår en-  
del i planleggingen av neste års VM  
i jakt/felt som skal avholdes i Loen i  
Sogn og Fjordane.

Undertegnede er nærmest opp-  
nevnt som formann i Organisa-  
sjonskomiteen og dette vil i perio-  
der selvsagt beslaglegge endel tid,  
slik at dere stundom må ta til takke  
med litt dårligere service fra for-  
bundskontorets side. Dermed er  
**det sagt.**

Andre sentrale personer i denne  
komiteen er i første rekke Odd  
Rønnestad, som vil ha hovedans-  
var for resultatformidlingen under  
selve arrangementet, men som  
så er svært involvert i den generelle  
planleggingen av arrangementet og  
rammen omkring dette. Vidar Om-  
berg er mesterskapets «seremoni-  
mester» og som sådan skal han  
sørge for at alt ligger til rette for en  
profesjonell gjennomføring av alle  
offentlige gjøremål i tilknytning til  
mesterskapet; åpning, avslutning  
og bankett. Han er dessuten den lo-  
kale koordinator for den tekniske

forts. side 20.

# Opplysninger fra NBF

## ADRESSER

Nå er det nettopp sendt ut en ny adresseliste for NBF og dette  
bevirker som vanlig at det straks oppdages feil. Vi har følgende  
korrigeringer:

UK: Harald Johansen utgår - og erstattes av:  
Magnar Smørdal, 6770 Nordfjordeid

Bodø BF: Ny formann:  
Arnulf Krane, Petter Engensv. 36, 8000 Bodø  
lf.prv.: 081-62023 ktr.: 081-23040 (l. 6678)

Moss BS: Ny formann:  
Knut Bøhle, Elgvn. 13, 1640 Råde

Oslo BS: Postadresse:  
Hans Chr. Njarde, Observatorie Terrasse 10, 0270 Oslo 2  
Tlf.prv.: 02- 449688

Trondheim Handicapidrettslag: Ny oppmann:  
Arnfinn Drabløs, Kolstadflata 3 a, 7078 Trondheim

## NYE TRENERE

Det er nå autorisert flere nye trenere (I) i NBF:

Terje Bøe, Sandefjord BS  
Liv-K. Gulliksen, Aurskog-Høland BS  
Tor A. Gulliksen, Aurskog-Høland BS  
Harald Larsen, Horten BS  
Svein Moe, Horten BS  
Per O. Rusås, Drammen BS  
Vidar Teigre, Hønefoss BK  
Per H. Wang, Sandefjord BS

## FERDIGHETSMERKER

På grunn av den nye klasseinndelingen - hvor skyterundene forandres  
i tråd med kvaliteten på skytingen - er det utarbeidet nye  
besemmelser for våre vanligste ferdighetsmerker.

Ved skyting på FITA-runde er kravene:

Bronse: 1000 p. - for skyttere i kl. 6 (50-40-30-20m)  
Sølv: 1000 p. - for skyttere i kl. 5 (60-50-50-30m)  
Gull: 1000 p. - for skyttere i kl. 4 og 3 (70-60-50-30m)  
Elite: 1075 p. - Senior FITA runde for damer og herrer  
(kl. 2 og 1 og damer i kl. 4 og 3)  
Mester: 1160 p. - Senior FITA runde for damer og herrer

Skyttere i kl. 9 (compound) kan ta bronse, sølv og gullmerke på  
følgende poengsummer: 800 - 900 - 1000.

## Innholds- fortegnelse

	side
Redaktøren .....	2
Opplysninger fra NBF .....	3
Fra jakt/felt-komiteen .....	4
Innendørs-NM 1989 .....	6
Norges-cupen .....	12
Kjønnsroller og idrett .....	18
Småplukk .....	19
Stevneannonser .....	20
Juniorenes korrespondanseserie .....	22
Leserinnlegg .....	23
Innføring i bare-bow, av Peik .....	24

Husk at det fordres signert scorekort for å få NBF's elitemerke, og alle internasjonale merker (Norden og FITA-nåler). Dessuten kan FITA-nålene bare erobres på såkalte "stjernestevner".

Vi minner ellers om at det også kan tas ferdighetsmerker på våre øvrige runder - se bestemmelsene i regelverk B.

Skyter du jakt/felt, er du kanskje oppmerksom på våre artige ferdighetsmerker som kalles "20-poengere"? Disse kan du skaffe deg når du har klart "fullt hus" (innenfor 4-soner i felt) innen samme kategori skiver i et stevne. F.eks. på alle kortholdene (maks. 15m). For jakt/felt lønner det seg å benytte merkekortene våre. Da holder du oversikten, både over "20-poengere" og alle de andre ferdighetsmerkene. Disse kortene får du i klubben din.



## Info fra Jakt/felt komiteen

v/Per Bolstad

Vi står snart innenfor en ny jakt/felt sesong, og ønsker derfor å påminne alle om enkelte ting:

26. august til 2. september 1990 vil vi arrangere EM/VM i jakt felt i Loen. De som ønsker å kvalifisere seg bør begynne å tenke på det nå!

Vi som driver med jakt/felt vet at det er gøy, ja enkelte påstår at det er det som er bueskyting. Imidlertid finnes det mange gode baneskyttere som ikke har forsøkt jakt/felt. Mange kjenner ikke til det, andre tror - feilaktig - at man ødelegger for mange piler på ukjente avstander. Det er ikke tilfelle, men dersom man er redd for å ødelegge piler, still opp i C-klassen med kortere avstander til å begynne med. Dessuten er det mange av jakt/felt stevnene som har oppgitt avstand på felten.....

Ska vi bli enige om at hver enkelt av

oss aktive J/Fére drar med oss en ny skytter ut i skogen i år?

### Til arrangøren:

Etter at stevnet er over kan dere gjerne sette opp «løype-kartet» på oppslagstavlen. På denne måten blir det lettere å sjekke om man har klart en «poenger» eller to.

Dere må gjerne påminne deltagerne om de ulike merkekravene også, det er tydeligvis mange som ikke kjenner dem. Husk også å invitere til Compoundklasse og til C-klasse med kortere avstander (For nye jakt/felt deltagere).

Gjør heller ikke banene «vitenskapelig» vanskelig. Det er ikke nødvendig, det er gøy nok som det er - selv om banen er «lett».

Spør gjerne jakt/felt komiteen, vi har ideer!

## The Gold Medalist Series

Every centimeter designed world class.

Hoyt USA bows have dominated world class competition for as long as anyone can remember. And Gold Medalists have led the pack. But like every competitor, we're always looking for ways to improve.

For 1989, Hoyt has re-engineered the TD4 Plus Gold Medalist Riser. We've reinforced the winning TD4, adding strength and dependability to match today's higher performance, higher stress arrows and bowstrings. Now more than ever, you can rely on Hoyt USA to keep you in the winner's circle.

NEW for 1989 - The Gold Medalist TD5 Riser. A remarkable addition to the amazing Gold Medalist world class line.

The Hoyt Gold Medalist. With two distinctive riser designs, two limb options and three limb lengths, we offer you the most versatile selection of high technology riser and limb combinations in the industry. A few of the possible winning combinations are listed below:

Gold Medalist TD4 Plus	Gold Medalist TD4 Plus	Gold Medalist TD4 Plus
Custom Grade Red Pearl Riser	Standard Grade Gold Riser	Economy Grade Blue Riser
Carbon Plus Synthetic Fore Limbs	Wood Core Laminated Limbs	Wood Core Laminated Limbs

**SKANDINAVISK BUREAU A.S.**  
3812 AKKERHAUGEN - NORWAY  
Telefon (03) 95 83 15 \* Mobiltilf.: 094-65424

# Svein Tore Anglevik dominerte årets innendørs-NM

Etter å ha vært borte fra bueskytterbildet i 1987, etter en relativt suksessfylt tid som juniorskytter, begynte Svein Tore Anglevik fra BK Langskudd igjen å snuse på de gode resultatene. Dette ga bl.a. en 5. plass i fjorårets NM skive (med pers på 1212 p) – for senere i årets innendørs sesong å matche norgeseliten i Krystallstevnet og slå knockout på alle konkurrenter i stevnene for årets NM.

Nærmest fra første serie beviste denne meget lovende skytter at stevnets status – det at dette var et NM – ikke hadde den ringeste innflytelse på konkurransens gjennomføring. Han gled glatt igjennom 25m til 271 p. uten at denne distanseseieren var truet.

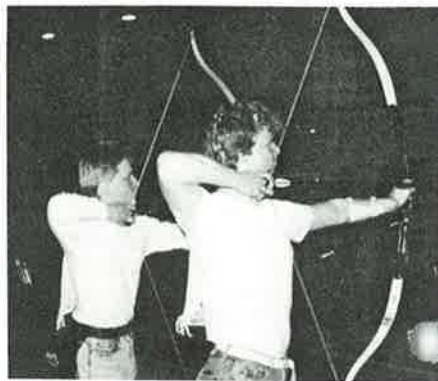


**Jon Jystad, Sverresborg,**  
åpnet best, men.....

Heldigvis var ikke spenningen allerede utløpt på dette tidspunkt, i og med at Jan Stensby, som etter en fatal åpning på 23 p. senere skjøt best så langt,

endte såpass nærme som 568 p. Nykommeren Terje Larsen fra Tønsberg nådde gode 560 p. og holdt 3. plass ved pause. Men dette var allerede et betydelig sprang etter teten. Til gjengjeld fulgte etablerte skyttere nå på pende bånd.

Etter pause falt Jan Stensby kraftig av etterhvert (han har tydeligvis ikke sansen for 18m skyting), mens Svein T. Anglevik på sin side sikret seg et klart mesterskap – og en velfortjent Kongepokal.



**Norges «nye generasjon» i aksjon!**  
**Trond R. Andreassen (sølv) og**  
**Svein Tore Anglevik (gull)**

Jan Stensby's stevneutvikling gjorde kampen om sølvmedaljen meget spennende fordi bak ham skjøt Øistein Bråten og Trond R. Andreassen stadig bedre. Sistnevnte husker vi tapte sølvmedaljen i fjorårets NM på siste pil – skulle det samme skje i år?



**Så var mesterskapet vel i**  
**(Skudenes) havn**

Nei, mente han selv og sørget for å være de nødvendige poengene foran helt til slutt, mens Øistein Bråthen snappet bronzen foran Stensby på siste serie. Bak disse kom dagens beste 18m-skytter, Finn A. Olafsen, meget sterkt – men han nådde ikke helt opp i dette bildet. Med sine 568 p. på distansen sørget han imidlertid for at gullet i lagkonkurransen havnet hos Sandefjord i en utrolig spennende lagkamp som desverre bare var kjent for de mest invid-



**Finn A. Olafsen (t.v) og Magnar**  
**Tinderholt la et solid grunnlag for**  
**Sandefjord BS' lag-gull**

de. (Her har fremtidige arrangører en stor oppgave i oppfølgingen av lagkonkurransen, for den er virkelig artig). Nå var jo Sandefjord BS allerede i det ypperste favorittsiktet med gode innendørsskyttere som Olafsen, Terje Bøe, Tinderholt og Per H. Wang, men det var først på aller siste pil de klarte å detronisere Moss Bueskyttere som lenge ledet. På Mosse-laget overrasket forøvrig Georg Nilsen stort, slik at en velkjent kar som Kai Svingen ikke kom med på laget!

Det ble tre poengs margin – og det var ytterligere 6 poeng ned til Lillestrøm & OB. Altså ble det avgjort på siste serie!

I dameklassen gikk alt etter programmet. Vigdis Stigen Landskaug tok en ny Kongepokal på et heller ordinært resultat. Like klar annenplass til evigunge



**Vigdis S. Landskaug**  
– ordinær skyting ga mesterskap

Wenche Bøe. Det hele kunne faktisk blitt en eneste stort gjesp hvis ikke Anne Kronen hadde brutt (neppe til glede for lagkameratene som dermed ble snytt for en soleklar gullmedalje i lagkonkurransen). Dette bidro imidlertid til noe spenning i kampen om bronsemedaljen, der Inger Lise Kleven fra Østerås hadde en liten ledelse på Margaretha Ingves ved pause, 518p mot 514 p. Disse fulgte hverandre som skygger utover dagen uten å overbevise helt – og bak kom Vidar's nyervervede Beate Røyset (tidl. Aurskog-Høland) stadig sterkere. Siste serien skulle også her avgjøre bronsemedaljens skjebne, og det var altså Beate som var mest «i draget» mot slutten.



**Beate Røyset, Vidar, kjempet seg til bronse på siste serie!**

Damenes lagkonkurranse ble som nevnt ikke uten dramatik. Kjempefavoritten Vidar røyk ut med Anne Kronen, og tilbake sto Larvik BS – som med nød og neppe fikk stilt lag pga. deltakerbegrensningen – i kamp med Aurskog-Høland. Larvik BS skaffet seg en solid ledelse og de fleste tok nok dette resultatet for gitt. Imidlertid opplever vi det at

to av Larviks damer åpner 18m på feil skive (= 6 skudd) og dermed ble det absolutt nerve igjen i denne kampen. Likevel til slutt; Larvik med fortjent gull.



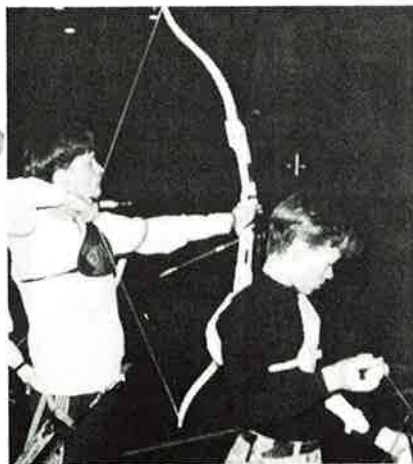
**Go'jenta fra Østerås BS, Kristi Juhl hadde grunn til å smile**

I damenes juniorklasse fant vi ingen deltakere. Derimot fant vi 4 yngre juniorer på linjen, og vi så for oss en jevn og spennende konkurranse mellom Unni Christensen, BK Langskudd, og Kristi Juhl, Østerås. Men førstnevnte hadde absolutt ikke dagen – og måtte til slutt kjempe hardt mot Gry Tørråsen fra Østerås om bronsemedaljen. Dette holdt med 4 fattige poeng. Kristi Juhl skjøt som en norsk mester verdig og skapte historie som den første norske mester i denne klassen ved innendørsskyting. Lisbeth Pedersen fra Hastad skjøt seg opp til distanseseier på 18m og en velfortjent sølvmedalje.

I herrenes juniorklasse fikk vi merke en helt annen intensitet enn tidligere år, og bekrefter den generelle nivåhevingen i norsk bueskyting. Roy O. Svarstad, Stavanger BS, banket til med en knallåpning og var lenge dagens beste skytter. Man hadde her kampen om HM

Kongens Pokal i bakhodet. Han endte halvveis på 564 p., men hadde likevel bare 8 p. forsprang på Yngve Alexandersson, Drammen. Tommy Christensen, BK Langskudd, hadde pene 552 p. (bedre enn i de fleste andre stevnene før i år) og ytterligere tre skyttere hadde over 540 p.

Utover dagen holdt Tommy Christensen koken best og var en periode nesten ajour med Roy O. Svarstad. Sistnevnte har jo tidligere ledet lenge og mistet grepet på slutten, og man var spent på om det samme skulle skje denne gang. Imidlertid ser den unge Stavanger-gutten ut til å ha «lagt alen til sin vekst» i så måte. Han skjerpet seg og seilte inn til en god gullmedalje på 1111p. Tommy Christensen tok sølvet (1103 p.) med 4 poengs margin til Yngve Alexandersson. I lagkonkurransen var BK Langskudd igjen suveren, og det er artig å konstatere at dersom klubbens to beste juniorer hadde stilt opp i seniorklassen med sine resultater, ville de nådd samme resultat som Sandefjords BS' vinnerresultat.



**Mads I. Smørdal (t.v) fra Eid var helt suveren i sin klasse**

I guttenes yngre juniorklasse ble det et suverent mesterskap til Mats Inge Smørdal fra Eid. Han var helt i særklasse, selv om også annenmann, Anders Hofgaard fra Fredrikstad, etterhvert skjøt meget bra (og tok en like klar sølvmedalje). Noe spenning var det lenge om bronsemedaljen, for så vidt som hele fire skyttere var oppe og «luktet» på dene. Mot slutten ristet imidlertid Eilif Koch, Østerås, av seg konkurrentene.

Og beste klubb? Som vanlig: BK Langskudd. Vi gratulerer.



**UK-sjefen tar et overblikk over egen og andres innsats**

Dermed – etter ca. 10 timer!! – var arrangementet i havn, for så vidt meget skikkelig gjennomført av Lillestrøm & OB. Men noe må gjøres med tidsbruken. Hva med å gå tilbake til bare 18m, 60 piler som kvalifisering og f.eks. 30 pilers finale?

**MBW**

# Resultater for de beste:

## Damer senior

1. Vigdis Landskaug, Lillestrøm	538	522	1060
2. Wenche Bøe, Sandefjord	526	515	1041
3. Beate Røyset, Vidar	506	514	1020
4. Inger Lise Kleven, Østerås	518	500	1018
5. Margaretha Ingves, Vidar	514	502	1016
6. Laila Enoksen, Harstad	505	487	992

## Herrer senior

1. Svein Tore Anglevik, Langskudd	571	562	1133
2. Trond R. Andreassen, Kvæfjord	556	563	1119
3. Øistein Bråthen, Lillestrøm	554	562	1116
4. Jan Stensby, Drammen	568	545	1113
5. Finn Arne Olafsen, Sandefjord	545	568	1113
6. Valter Kristiansen, Sortland	556	554	1110
7. Terje Larsen, Tønsberg	560	547	1107
8. Jan Erik Ellingsen, Moss	559	548	1107
9. Bjørn Ole Johansen, Lillestrøm	541	560	1101
10. Magnar Tinderholt, Sandefjord	549	547	1096
11. John Måleng, Moss	544	551	1095
12. Georg Nilsen, Moss	551	543	1094
13. Arne Kjærland, Bryne	545	549	1094
14. Terje Bøe, Sandefjord	548	542	1090

## Herrer junior

1. Roy Ove Svarstad, Stavanger	564	547	1111
2. Tommy Christensen, Langskudd	552	551	1103
3. Yngve Alexandersson, Drammen	556	543	1099
4. Morten Bøe, Sandefjord	546	544	1096
5. Hein Arild Gustavsen, Aktivitus	540	543	1088
6. Petter Chruickshank, Salangen	537	535	1072
7. Per H. Valvatne, Stavanger	532	535	1067
8. Rune Midthun, Aktivitus	523	542	1065
9. Baard Lindberg, Tønsberg	542	522	1064
10. Torbjørn Valhammer, Langskudd	534	529	1063

## Piker yngre junior

1. Kirsti Juhl, Østerås	513	528	1041
2. Lisbeth Pedersen, Harstad	457	529	986
3. Unni Marie Christiansen, Langskudd	452	469	921
4. Gry Tørråsen, Østerås	432	485	917

## Gutter yngre junior

1. Mats Inge Smørdal, Eid	543	573	1116
2. Anders Hofgaard, Fredrikstad	510	560	1070
3. Eilif Koch, Østerås	492	516	1008
4. Fredrik Pedersen, Bærum	400	594	994
5. Kenneth Reiss, Horten	467	515	982
6. Gabriel Waagaard, Hønefoss	501	481	982

## Lag damer senior

1. Larvik	2777
2. Aurskog/Høland	2745

## Lag gutter yngre junior

1. Langskudd	2887
2. Horten	2655

## Lag herrer senior

1. Sandefjord	3299
2. Moss	3296
3. Lillestrøm	3288
4. Drammen	3263
5. Elverum	3179

## BESTE KLUBB

1. Langskudd	30 p.
2. Sandefjord	23 p.
3. Østerås	17 p.
4. Lillestrøm	15 p.
5. Stavanger	12 p.
6. Vidar	10 p.
7. Drammen	10 p.

## Lag herrer junior

1. Langskudd	3227
2. Stavanger	3191
3. Sandefjord	3107
4. Aktivitus	3077
5. Larvik	2950

**GJØR SOM**

**NORGES BUESKYTTERFORBUND**

**BRUK WINGE REISEBUREAU**

**DU OGSÅ**

N. Torggt. 3, 3250 Larvik

**WINGE**  
REISEBUREAU

# Norges-cup finaler med «nerve»



Det Norges-cupen måtte mangle av atmosfære og ytre ramme under de innledende runder på klubb- og kretsplan, ble ettertrykkelig tatt igjen under selve finalene i Aursmoen Idrettshall den 12. mars (dagen etter NM).

Aurskog-Høland Bueskyttere var teknisk arrangør – en oppgave klubben løste på en utmerket måte – og en ekstra blomst er på sin plass til dagens speaker for god oppfølging og gode kommentarer.

Årets finaler ble lagt til dette tidspunkt nettopp for å spare reiseutgifter (folket skulle jo likevel til NM?) og dermed sikre god deltakelse. Av forskjellige årsaker gikk dette ikke helt etter planen, slik at det dukket opp en del reserver for de egentlig kretsvinnerne denne gang. Heldigvis svekket ikke dette konkurransen nevneverdig.

Damenes seniorklasse samlet 5 deltagere, men på grunn av inntrufne omstendigheter sto disse svært godt til hverand-

re, og publikum (ca. 50) kunne derfor bivåne flere meget spennende matcher. I selve finalen møttes Aurskogs egen Kristin Øyseth (for Romerike) og Buskeruds



**Cup seier til Jorunn Bakken ville gitt brukbare odds!**

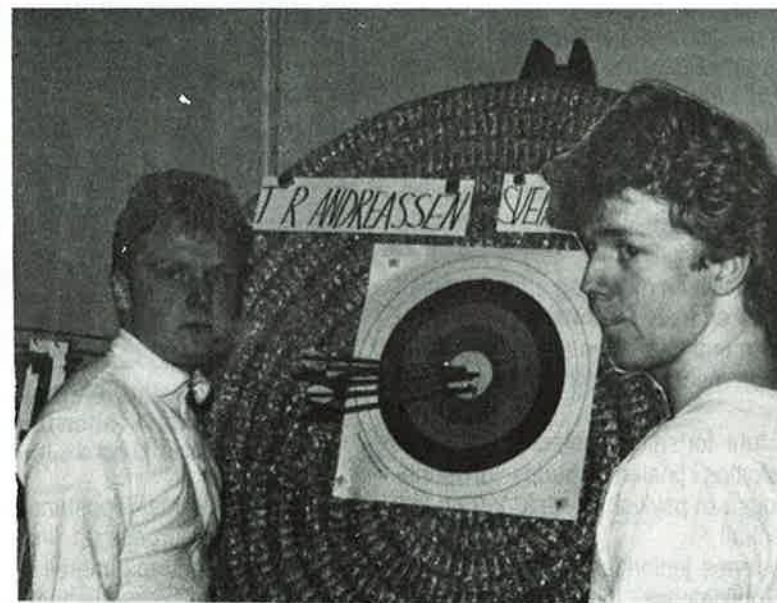
Jorunn Bakken, og vi ble vitne til meget god skyting – helt til Kristin Øyseths siste pil som desverre langt fra kunne matche Jorunn Bakkens gode 9-er. Buskeruds første Norges-cup seier var dermed et faktum.

I herreklassen stilte Troms med en god reserve i Trond R. Andreassen som dagen i forveien tok sølvmedalje i NM. Nå ville det seg slik at man på grunn av antallet herreskyttere (9 stk.) først måtte trekke ut en innledende match for å få et jevnt utgangspunkt for konkurransen. Og trekningen ville at nettopp Trond R. Andreassen her skulle møte Nord-Norges annen stor-skytter; Valter Kristiansen fra Nordland (som også hadde med seg en meget bra plassering fra NM-et)

Valter Kristiansen ble psykisk mest berørt av trekningen, som han absolutt ikke likte, og kanskje var det nettopp dette som gjorde at de små marginene ikke var på

hans side. Men la det være sagt; dette var kanskje dagens toppmatch både mht skyting og spenning. Bl.a. mistet Valter Kristiansen en pil på en god 10-er!!! da det sto 2 mot 2 – m.a.o. så vi 4 tiere uten at streken var skadet. Senere utliknet han til 1 mot 1, men måtte altså gå tapt i siste omgang for Trond R. Andreassens tier i krysset. Rungende applaus til skytterne og stor stemning i hallen – og en noe oppgitt Valter K. som dermed gikk ut av konkurransen.

Trond R. Andreassen ble trukket mot en ny tøff motstander i første ordinære runde; Roar Jystad, men fortsatte sin meget gode skyting (knappt utenfor midtringen) og overraskende nok ble det «tre indre og vekk me'n» – altså en kjapp exit for Roar Jystad! Ellers måtte årets norske mester Svein T. Anglevik igjennom en spennende innledning mot Egil Toft, men «sto distansen» på siste og avgjørende pil. Forøv-



**Topp skyting av konsentrerte finalister**

rig hadde Lars Jacobsen, Romerike, en lett match mot Magnar Smørdal, S&F, mens Hedmarks Bjørn C. Thorkildsen snudde kampen til sin fordel mot Freddy Jørgensen fra Vestfold. Etter hele tiden å ha ligget på defensiven, ble det igjen ren oppvisning av Trond R. Andreassen mot Thorkildsen – og nye 3-0 seier for unggutten fra Troms. Også Svein T. Anglevik, Rogaland, skjerpet seg og vant en klar seier i en meget god match mot Lars Jacobsen – og dermed endte man opp i «drømmefinalen» mellom gull- og sølvmedaljøreren fra NM-et dagen i forveien. Skulle det bli revansje?

Trond R. Andreassen, som så langt knapt hadde vært utenfor tieren, så nå ut til å merke «presset». Eller var det heller slik som en vittig røst sa; «det er jo ikke plass i midten lenger»?

Svein Tore Anglevik viste i denne finalen hvorfor han også var blitt årets suverene norske mester. Helt uanfektet av hva motstanderen tidligere hadde skutt skjøt han metodisk sine tiere og vant.

I jentenes juniorklasse stilte det bare 3 deltakere, der Kristi Juhl fra Oslo først ble trukket mot Unni Christensen, Rogaland. Førstnevnte vant klart i en match med uvanlig god skyting for denne klassen. Men Unni fikk en ny sjanse etter å ha slått Lisbeth Pedersen, Troms på «målstrekken» i en match om den andre finaleplassen – en meget spennende omgang for øvrig.

Kristi Juhl fortsatte imidlertid sin meget gode skyting i finalen og hadde vel denne gang også et psykisk overtak. 2-0 og for tjent pokal!

I herrenes juniorklasse fikk vi en nærmest «obligatorisk» innledende runde der de antatt beste skytterne eliminerte dem som vanligvis ikke er fullt så gode. Riktig-

nok hadde Rogalands Roy O. Svarstad virkelig bry med Svein A. Pedersen, Troms, og vant «på håret» på stillingen 1-1. Til gjengjeld slo han til med mesterlig skyting i kampen om finaleplass med Yngve Alexandersson, Buskerud, som slett ikke er å spøke med i slike sammenhenger. En meget sterk match, men 2-0 til Svarstad. I den andre semifinalen satte Bård Lindberg, Vestfold, et solid punktum for Mats I. Smørdals ambisjoner denne gang, og man så fram til en spennende finale mellom Svarstad og Lindberg. Og spennende ble det! Begge parter var et opp med god skyting, og de fulgte hverandre fra pil til pil, der gode 9-ere gikk fløyten fort vekk. På 1-1 sto Roy O. Svarstad distansen best og kunnr gratuleres med en ny triumf denne helgen.



**Roy O. Svarstad overlot intet til tilfeldighetene (eller til finalemotstander Bård Lindberg)**

Alt i alt kan man oppsummere med å konstatere at Norges-cup finalene 1989 ga et nytt bud om en generell nivåheving i norsk bueskyting – og de beste var virkelig gode!

MBW

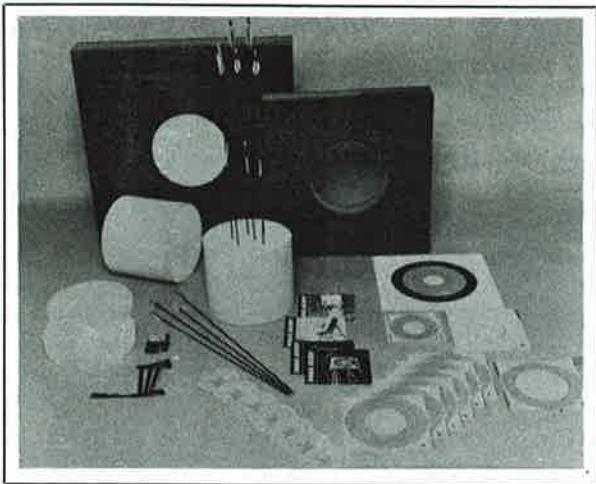


– GRATULERER –



«DE MÅ VÆRE NYE HER!»





**DANAGE** var først i verden med en laminert foamskyteskive med utskiftbart sentrum. Senteret i skyteskiven er det viktigste – nå leveres det nye **DANAGE-foam** som gir en hittil helt ukjent levetid.

**Et sentrum som tar godt imot dine piler – også carbonpiler, og et sentrum som tåler at du setter alle piler i gult.**

Det nye foam leveres også som byggesett velegnet til FITA- og jakt/felt-skyting, samt til jakt med «broadheads».

Nærmere opplysninger hos:

**DANAGE Norge**

Vi er

VESTLANDETS første og største  
forhandlere av bueskytterutstyr.

Vi har enerett på den franske vinnerbuen **ATLETIC** og den nye **DANAGE** skumskiven. (The **DANAGE** Foam Target Matt).

Vi har også de nye revolusjonerende **ACE-pilene**.

Utenom dette har vi et ganske velfyllt varelager. (Ikke compound).

Kontakt oss.

DANAGE Norge

c/o Roy Ove Svarstad, Havørnbrautene 32, 4048 Hafrsfjord.

Tlf.: 04/590528.

## Himmelspreppen

Lillestrøm og Omegn Bueskyttere  
inviterer til FITA-stevne

**4. mai 1989 på Lillestrøm stadion**

Alle approberte klasser.

TK 09.30. Start kl. 10.00.

Startkontigent senior kr. 80,-

Startkontigent junior kr. 50,-

Påmelding senest 28/4-89, til:

L.O.B., Postboks 250, 2001 Lillestrøm.

De som bruker stol må opplyse om dette ved påmelding.

Evt. camping kan foretas på banen, kontakt Bjørn

Andresen, tlf. 06-81 68 56 (priv.)

\*\*\*\*\*

# Kjønnsroller og idrett

Hvorfor er det så mye vanskeligere og rekruttere jenter og kvinner enn gutter og menn til Bueskytingen?

Kan dette ha med kjønnsroller og våre forventninger til disse å gjøre?

Idrettspsykolog Dorothy Harris hevder at foreldrenes og samfunnets forventninger til jenter og gutter til de grader er basert på barnets kjønn, slik at mye av adferdsmønsteret er dannet før barnet selv skjønner hva det innebærer. Dette starter kanskje t.o.m før selve fødselen. -Hvis en gravid jente har et foster som sparker mye, så sier folk, "det blir sikkert en gutt". Jenter og gutter lærer forskjellige ting etter hvert som de vokser opp. Jenter lærer å bli avhengige, verbale, sosiale og å gå inn for å glede andre, mens gutter lærer å bli selvstendige, fysisk aktive, pågående og praktiske.

Slåssing f.eks er en naturlig aktivitet for gutter, mens det er upassende og uakseptabelt for jenter. Undersøkelser har også vist at gutter får en røffere fysisk behandling av sine foreldre, og at prestasjoner og konkurranse betyr mer i oppdragelsen av gutter.

Er dette noe vi fortsatt aksepterer og lever etter?

Da må vi starte helt fra begynnelsen, når kvinnen blir gravid, og snu våre holdninger. For det er klart at jenter kan bli like prestasjonsmotiverte og konkurranseorienterte i forhold til idrett bare de lærer at "omgivelsene" synes det er verdifullt og viktig.

Selvfølgelig har vi ikke tid at vente på en ny generasjon, men må gjøre det vi kan nå. Unge jenter trenger modeller innen idretten, ikke minst modeller innen konkurranseidretten. Derfor er det viktig at vi kvinner/jenter som skyter synes. Vi må fortelle at vi er en del av bueskytingen i klubber og kretser. Ikke være redd for å bruke oss selv i PR-pøymed.

Vi må fortelle at vi kan drive bueskyting enten som konkurranseidrett eller som vanlig trening fordi det er en fin sport.

Prat om dette i klubbene, og bruk "Kjønnsroller og idrett" fra NIF, Kvinneutvalget som utgangspunkt. Deres kvinnekontakt i klubben har fått tilsendt dette hefte.

Margaretha Ingves  
Kvinneutvalget, NBF.



# Småplukk

- Trondheim 15/2 - 18m. Jon Jystad til topps med brukbare 556 p. Nærmeste konkurrent var B-klassingen Lars Fresk - også fra Sverresborg - med 534 p.
- Bergen 19/2 - 18m. Stor spenning i dette stevnet over 120 piler, der arrangørens egen Tor Mala tok hjem seieren til sist; 1060 p. Dette skjedde i hard konkurranse med Terje Åsheim, som ledet ved pause, og Knut Sætrevik, begge fra Stord BS - og som begge endte på 1051 p.
- Loen 19/2 - 18m. Mats I. Smørdal, Eid IL, satte ny norsk rekord for yngre juniorer med 562 p. Ellers var det beskjedne resultater åpenning, der Torbjørn Myhre fra Ålesund HL ble beste senior på 514 p.
- Bodø 26/2 - 25/18m. Relativt liten deltakelse denne gang inspirerte neppe skytterne til det helt store resultat. Best ble Alf Enoksen fra Harstad på 1029 p. Ellers registrerer vi at Lisbeth Pedersen, også Harstad BS, satte alle gutta på plass i yngre juniorklassen - der hun fikk 940 p., herav brukbare 499 p. på 18m.
- Bryne 4/3 - 25/18m. "Fullt hus og stormende jubel" kan være en god oppsummering av stevnet som samlet nær 50 deltakere. Jubelen sto i første rekke Svein T. Anglevik, BK Langskudd, for. Han fulgte meget godt opp det sterke resultatet fra Sandefjord forrige helg (se Buestikka nr. 2/89) og noterte nok en gang hele 1145 p. Og avslutningen var det virkelig klasse over; 580 p. på 18m. Har vi likevel en EM-kandidat i innendørsskyting? Til tross for stor spenning og hard konkurranse bak Anglevik, ble det hele likevel litt "i skyggen". Arne Kjørland, god kortholdsskytter fra arrangørklubben, ble best i dette "kobbelen" med sine 1101 p.

Resultater for de beste:

Klasse A:	Svein T. Anglevik, BK Langskudd	565 - 580	= 1145 p.
	Arne Kjørland, Bryne BK	559 - 542	= 1101 p.
	Tommy Christensen, BK Langskudd	550 - 548	= 1098 p.
	Roy O. Svarstad, Stavanger BS	553 - 543	= 1096 p.
	Per H. Valvatne, Stavanger BS	552 - 538	= 1090 p.
	Sigmund Rønneberg, Stavanger BS	538 - 550	= 1088 p.
Klasse B:	Rune Midtun, Aktivitus IF	518 - 535	= 1053 p.
	Harald Johansen, Haugesund BK	529 - 515	= 1044 p.
Klasse C:	Øistein Slåtten, Klepp KFUM	506 - 504	= 1010 p.
	Håvard N. Jacobsen, BK Langskudd	501 - 498	= 999 p.
	Martin Figved, Klepp KFUM	488 - 505	= 993 p.
Klasse D:	Njål Fykse, Klepp KFUM	420 - 484	= 904 p.
Klasse U:	Arne G. Taraldsøy, Haugesund BK	391 - 375	= 766 p.
Y.jr.:	Bent Nødland, Ålgård BK	495 - 537	= 1032 p.
	Karl A. Jacobsen, BK Langskudd	498 - 533	= 1031 p.
	Sigurd Helgesen, BK Langskudd	467 - 512	= 979 p.

Minijr.: Idar Mathiassen, Aktivitus IF 535 - 546 = 1081 p.  
 Hein A. Varne, Aktivitus IF 505 - 552 = 1057 p.  
 Arild Iversen, Aktivitus IF 514 - 528 = 1042 p.

- Oslo 7/3 - 25m. Dette var avslutningsstevnet i den såkalte "Ekebergserien" som klubbene i Oslo BK avholder. Det ble stor Lillestrøm-dominans denne gang, selv om Moss BS' John Måleng ga vinneren Øistein Bråthen og toeren Jan R. Skyttesøter match til "døren". Vinnerresultat 566 p. mot 564 p. og 563 p. Legger vi til at Lillestrøm også hadde Bjørn O. Johannesen på gode 553 p. kan vi konkludere med at den norske lagrekorden var sterkt truet; det manglet bare 4 poeng.

### forts. fra side 2

del av arrangementet (alt skal være på plass), og er selvsagt også en sentral person i den generelle planlegging. Med seg har han viktige støttespillere i Jon Nesje (hotell/næringsliv), samt Kåre Sæten og Agnes Blålid (teknisk tilrettelegging).

Per Bolstad har ansvaret på informasjonssiden, der vi skal sende ut internasjonale bulletiner, stoff til den hjemlige presse, stoff til et eget VM-tidsskrift for Sogn og Fjordane m.v. Dessuten skal han stå for et vannsikkert info-opplegg i detalj vedr. selve VM-et.

Banene er viktige, og det som i denne sammenheng er spesielt spennende nå, er bebudede forandringer i det internasjonale regelverk. Vi regner det som sikkert at det blir to innledende baner, samt en finalebane. Kjell Olsen og Arne Kronen tar her det «tyngste lasset» med innledningsbanene, mens Odd Hjelte får ansvaret for «sjarmøretappen»; finalebanen. I år reiser disse til Jugoslavia for å overvære et test-stevne etter de regler

som FITAs felt-komite vil fremme for Kongressen. Her vil de imidlertid ha oppgaver som går ut over det å studere selve banene; det gjelder resultatformidling, tidsforbruk på de forskjellige elementene m.v.

Hva gjør så komiteens formann? Jo - han forsøker først og fremst å holde en oversikt, se til at de rette tingene skjer til rett tid (noe som er vanskelig nok). Han står for strukturering av planene og mesterskapskonseptet og arbeider utad i forhold til FITA (rapportertering, forespørsler, avklaringer) overfor NIF (økonomi) overfor NRK (TV-overføring), overfor offentlige etater/samarbeidspartnere som Sogn og Fjordane Fylkeskommune, Stryn Kommune, Nortra, Sogn og Fjordane Reiselivsråd og Sogn og Fjordane Idrettskrins, og er ellers så langt som mulig såkalt «premiss-leverandør» for det arbeidet som de andre foretar.

Jeg skal senere komme tilbake til hva som gjøres og hvilke planer vi har - og mine vurderinger av våre muligheter til å få dette gjennomført.



S P O R T S K L U B B E N V I D A R  
 Bueskyttergruppa

Innbyr til  
 EKEBERGTREFFEN.

LØRDAG 20.MAI 1989

UTSTYRSKONTROLL KL. 09.30  
 START KL. 10.00

ALLE APPROBERTE KLASSER.

STARTKONTINGENT senior kr. 25,-  
 STARTKONTINGENT junior kr. 40,-

SKRIFTLIG PÅMELDING TIL:

Margaretha Ingves, Sarpsborggt. 8, 0468 Oslo 4.

Tlf.priv. 02/183696 Tlf.ktr. 02/238412

SENEST 09.05.89 !!!!



## Tønsberg og Omegn Bueskyttere

innbyr til JAKT/FELT-stevne i ØDEGÅRDEN, Ramnes

S Ø N D A G 28. mai 1989

Det skytes 14 mål JAKT og 14 mål OPPMÅLT FELT.

Alle approberte klasser.

OPPROP kl. 0930 START kl. 1000

Startavgift: Senior kr. 60,- Junior kr. 30,-

Kjør E-18, til i nærheten av Jarlsberg Vertshus (nord for Sem).  
 Ta RV 35 - retning Hof, og følg denne vei ca. 4,7 km.  
 Følg skilt fra vegkryss i retning Kåpe, ca. 3,7 km.

Påmelding til Reidun Kronen  
 Skogergaten, 9, 3100 Tønsberg

innen mandag 22. mai.

VEL MØTT !

# Korrespondansematch for junior

KLASSE : HERRER JR.	DISTANSE : 18 M	SKIVE : 40 CM
ROY OVE SVARSTAD	STAVANGER BS	550 560 555 0 1665
MORTEN BØE	SANDEFJORD BS	0 534 566 546 1646
TOMMY CHRISTENSEN	LANGSKUDD	547 553 543 0 1643
KNUT CORNELIUSSEN	ØSTERAS BS	553 0 519 563 1635
BAARD LINDBERG	TØNSBERG & ØNEGN BS	539 544 543 542 1629
LARS GULLIKSEN	AURSKOG HØLAND BS	498 526 541 520 1587
INGE MARTINSEN	AURSKOG HØLAND BS	528 502 493 534 1564
LARS P. GREEN	SANDEFJORD BS	0 505 505 501 1511
TRYGVE BARMEN	SANDEFJORD BS	0 502 489 484 1475
DAG M. RUSTAD	SANDEFJORD BS	0 466 492 508 1466
MARIUS BUNNERUD	AURSKOG HØLAND BS	444 439 488 482 1414
RUNE JANSEN	MITTEDAL BS	410 375 312 448 1233
PER H. VALVATNE	STAVANGER BS	0 556 561 0 1117
PER KR. STENSGAARD	SANDEFJORD BS	0 0 507 542 1049
HARALD BARMEN	SANDEFJORD BS	0 498 0 498 996
KNUT ROGERUD	ØSTERAS BS	0 0 494 460 954
NJAL DANIELSEN	STAVANGER BS	0 0 493 0 493
STIAN HAVNAS	AURSKOG HØLAND BS	416 0 0 0 416

## KLASSE : GUTTER YNGRE JR. DISTANSE : 18 M

EILIF KOCK	ØSTERAS BS	523 0 515 524 1562
PAL WALLER	ØSTERAS BS	499 0 444 527 1470
SVEIN H. ELLEFSEN	HAUGESUND BS	0 439 489 515 1443
RUNE STORSUL	AURSKOG HØLAND BS	407 452 456 506 1414
ESPEN MÆRLI	AURSKOG HØLAND BS	461 453 498 0 1412
EIRIK HAANVIK	HAUGESUND BS	462 0 383 500 1345
ARNE B. TARALSEID	HAUGESUND BS	468 403 0 429 1300
HENNING THORESEN	TØNSBERG & ØNEGN BS	353 0 300 500 1241
KARL A. JACOBSEN	LANGSKUDD	556 548 0 0 1104
SIGURD HELBESEN	LANGSKUDD	0 535 549 0 1084
LARS U. BORSTAD	AURSKOG HØLAND BS	393 184 295 353 1041
LARS S. HELBESEN	LANGSKUDD	535 0 0 0 535
SVEIN K. OLSEN	LANGSKUDD	0 0 512 0 512
GEIR E. RØV	STAVANGER BS	0 492 0 0 492
EDDY DAVIDSEN	LANGSKUDD	0 0 487 0 487
LARS VORMELAND	AURSKOG HØLAND BS	404 0 0 0 404

## KLASSE : PIKER YNGRE JR. DISTANSE : 18 M

KRISTI JUHL	ØSTERAS BS	500 0 475 518 1493
GRY TØRASEN	ØSTERAS BS	488 506 466 493 1487
UMNI H. CHRISTENSEN	LANGSKUDD	554 0 536 0 1090

## KLASSE : MINI JR. DISTANSE : 12 M SKIVE : 60 CM

KETIL TOTH	HAUGESUND BS	501 489 477 434 1467
ALF ANDERSEN	HAUGESUND BS	444 442 401 460 1346
ANDREAS T. ANDERSEN	HAUGESUND BS	389 410 367 462 1261
KETIL JOHANSEN	HAUGESUND BS	331 353 459 413 1225
ØVIND BJØRNDALEN	AURSKOG HØLAND BS	310 317 354 367 1038
KJETIL W. DALEN	HAUGESUND BS	278 331 391 0 1000
ESPEN FAGERHOLT	ØSTERAS BS	426 0 433 0 859
LARS T. GREGERSEN	HAUGESUND BS	371 0 0 0 371

## KLASSE : NYBEGYNNERE DISTANSE : 12 M SKIVE : 60 CM

HAKON HAKONSEN	HAUGESUND BS	434 512 443 494 1449
VEGARD NESHEIM	HAUGESUND BS	413 0 494 460 1367
KRISTIAN HØRBT	HAUGESUND BS	335 387 378 392 1157
BIRGER SKJØLDVIK	HAUGESUND BS	197 446 361 333 1140
TERJE K. VIKEN	STAVANGER BS	0 403 431 0 834
STALE GISMVIK	HAUGESUND BS	354 395 0 0 749
RUNE BREVIK	SANDEFJORD BS	0 466 0 0 466

# Innlegg til Buestikka Alderen – hvor viktig er den?

Det er ikke mange klubber i dag som er villige til å jobbe med å få frem unge skyttere selv om Norge skriker etter rekruttering. Man ser stadig klubber som bare stiller med deltakere over 40 år, men ingen juniorer. Jeg har spurt flere skyttere fra forskjellige klubber om de driver med juniorarbeid, men får til svar at **det** har de gått lei av for lenge siden!

Begrunnelsen er svært ofte at de engasjerer seg på barn/ungdom, men etter et år eller to så gidder ikke ungdommene lenger. Så langt forstår jeg deres argumenter, – MEN:

Det jeg vil skrive litt om er: Er det bevist at alt under 50 år er «så som så»?

Jeg er trener for Aurskog-Høland Bueskyttere, og lørdag den 26.11.88 klarerte jeg tre gutter til å delta i sitt første stevne i Tønsberg. (For å teste om de var gode nok, med tanke på disiplin og skyterytm, hadde vi på forhånd latt dem delta i nybegynnerklassen utenfor konkurranse i Aurskogs stevne den 12.11.88. Dette mestret de perfekt). Guttenes forventninger var store. For første gang skulle de representere en klubb langt hjemmenfra. Opp kl. 5 om morgenen og reise helt til Tønsberg og gjøre seg klar til start. Men hva skjer? Jo, jeg hadde glemt aldersbegrensningen nedatt. En av guttene hadde ikke fylt 11 år enda. Dette skulle jeg ha visst og det visste jeg, men tanken var ikke der. Disse gutta hadde blitt en så god og ivrig kameratgjeng at **så** nøye sjekking av alderen var slett ikke i tankene. Så skjer det som jeg synes var «helt borte i hampen». **Gutten på 10 1/2 år ble henvist til tribunen.** Tenk, til tribunen!!!! Så spør jeg: Hvor er det menneskelige? Jeg som trener hadde klarert han (god nok). Jeg sendte ikke gutten ned for å gå på nybegynnerkurs.....

Når en feil er gjort, kunne vel andre løsninger vært gjort.

- F.eks.:**
1. Sett mellom fingrene og latt gutten skyte.
  2. Skutt under protest.
  3. Skutt utenfor konkurranse.

Jeg vil gjerne ha svar fra de som er engasjert i juniorarbeid i dette land og høre deres mening. Har vi råd?

Vennlig hilsen  
**Rolf Østvold**  
Aurskog-Høland Bueskyttere

# Til Buestikka

Jeg ser i Buestikka nr. 1/89 at Redaktøren oppfordrer til at vi skal foreslå spørsmål eller innlegg etc.

I Buestikka nr. 9/88 skriver presidenten noe om at et toppleder-seminar i Stjørdal i oktober og i Buestikka nr. 1/89 skriver han noe om et trenerseminar i Stavanger i «rom-julen». Hva med et utfyllende referat fra disse to seminar?

Vi vet alle at vi har leder- og org. problem, – selv om vi kanskje ikke har direkte krise, men mitt spørsmål er:

**Hva lærte deltakerne, og hvorfor ikke dele denne lærdom med oss andre ledere i Bueskytter-Norge?»**

Jeg går ut fra at det er kommet referat fra nevnte seminar. Dette burde kunne gi stoff til flere Buestikker framover, og samtidig kanskje hjelpe våre ledere i klubb- og kretsregi til å bli bedre, – og jobbe lettere?

Hilsen Vestfold Bueskytterkrets  
**Harald Larsen, leder**

# BAREBOW – en teknisk innføring

Det finnes lite materiale om bare-bow-skyting; denne artikkelserien er et forsøk på å bote på dette, med det ubeskjedne mål å lage en systematisk innføring i emnet til bruk ved tema-kvelder, skytter-instruksjon osv. Foreløpig blir det undertegnede's versjon av emnet; med nødvendig respons og ideer fra leserne kan det kanskje danne utgangspunkt for et fremtidig emne-hefte. Bare-bow er en negligsjert skyteform som fortjener mer oppmerksomhet, og burde være obligatorisk i vår skytter- og trener-utdanning.

Diaposaisjon: SKYTESTIL, SIKTEMETODER, UTSTYR; forkunnakaper i fristil (sikte) skyting forutsettes.

## STILVARIANTER

**ANKRING:** se fig. 1A og 1B, som viser vanlig FRISTIL-ANKRING med hånden under haken, og HØY SIDE-ANKRING hvor det vanligste sjekk-punktet er pekefinger i munnviken. Varianter forekommer, kinnben, tenner osv. kan utnyttes som kontroll av ankerpunkt. Strengen er vanligvis på siden av ansiktet uten kontakt med nesens.

**STRENG-FATNING (GREP):** se fig. 2A og 2B. Vanlig fristilgrep, også kalt "GERMANSK GREP" med pilen mellom langfinger og pekefinger, kan brukes i Bare-bow. Brukt i tradisjonell instinktskyting pga. sikker kontroll av pilen. UNDER-GREP brukes mest i Bare-bow, også brukt av enkelte fristil-skyttere fordi det løser problemet med "kniping" av pil-nocken mellom fingrene.

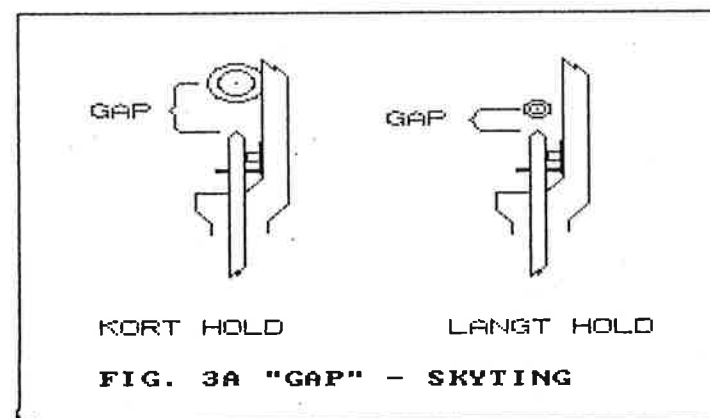
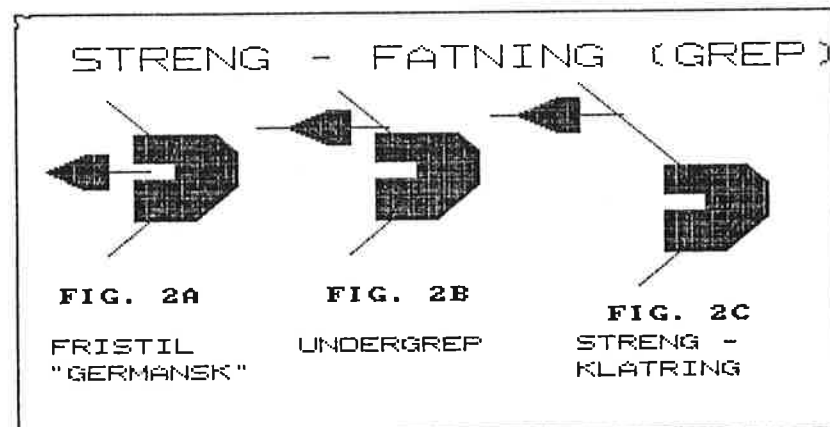
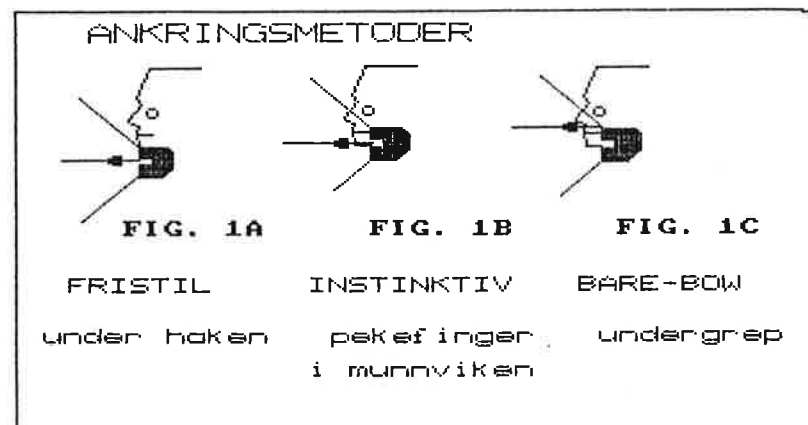
Høy ankring og under-grep er såpass uvant for de fleste at det krever tilvenning for å gi stabile resultater og trykghetsfølelse. Kan godt innøves med sikte på buen. Legg arbeid i linjering osv. som kan gi uventede problemer, selv for øvede skyttere. Prøv om nødvendig med varianter for å finne en stil som passer; vær forberedt på en periode med eksperimenter. Se fig. 1C.

Høy ankring er nødvendig for å få pilespissen opp i siktebildet på de aktuelle avstander; unngå unødvendig høy ankring, som er en teknisk ulempe samtidig som det gjør avtandebestemmelsen kritisk ved J/F skyting.

## SIKTEMETODER

**INSTINKTIV SKYTING:** som når du kaster for å treffe noe. Alternativt "peke-metoden". Alle kan se hva du retter blikket mot eller peker på. Denne naturlige evnen kan trenes opp. Avhengig av selvtillit og konsentrasjon/inspirasjon. Fungerer som "MAGI" noen ganger, umulig å få til andre ganger. Fascinerende skyteform som den enkelte må utforske selv; upålitelig i konkurranser. Eget til hurtigskyting etter bevegelige mål.

**"GAP"-SKYTING:** mange tror de skyter instinkt når de i virkeligheten har et siktebilde som er tilnærmet likt for avstander fra 5 til 25 meter, og som de kjenner igjen ubevisst etter lang trening. På disse avstander vil en Bare-bow skytter se et "GAP" mellom pilespissen og målet. Ved GAP-skyting tilpasses gapet etter skyteavtand. Fig. 3A.



"GAP"-skyting er første trinn på veien til et SYSTEM. Ved å lære seg gapet på forskjellige hold kan man treffe målet når avstanden er kjent, akkurat som med sikte. En slik skyteform gir den samme trygghetsfølelse som sikte-skyting, men det kan være vanskelig å oppnå god presisjon. Det er også vanskelig å huske siktebildet for hver avstand.

SYSTEM-SKYTING er som navnet sier, en systematisert form for Bare-bow, og kan gjøres på mange måter. Utgangspunktet er at man lager seg en rekke SIKTEMERKER. Disse må være "uoffisielle", dvs. de må bestå av naturlige deler av utstyret, skytterens anatomi og skyteskiva. Kunstige merker er ikke tillatt: en følge av at jeg skriver denne artikkelserien vil være at dommerne innvies i Bare-bow skytternes hemmeligheter, og blir bedre rustet til å slå ned på juks og fanteri. Vi har imidlertid metoder som gir tilfredsstillende siktemuligheter så lenge vi har en bue og en skyteskive, uansett regelverk og restriksjoner!

Fig. 3B viser siktepunkter på målet. Tenk deg en skytter som med sin venlige ankring og streng-fatning har nullpunkt på 40 meter. Det vil si at hvis han bruker pilespissen som sikte, vil han treffe midt i blinken på 40 meters hold. Dette er utgangspunktet for de aller fleste systemer. Når du har innøvd en stabil skytestil, prøver du på forskjellige avstander til du finner ditt nullpunkt. Med høy ankring og under-grep er dette mellom 30 og 50 meter for de fleste. Test dette til det sitter skikkelig.

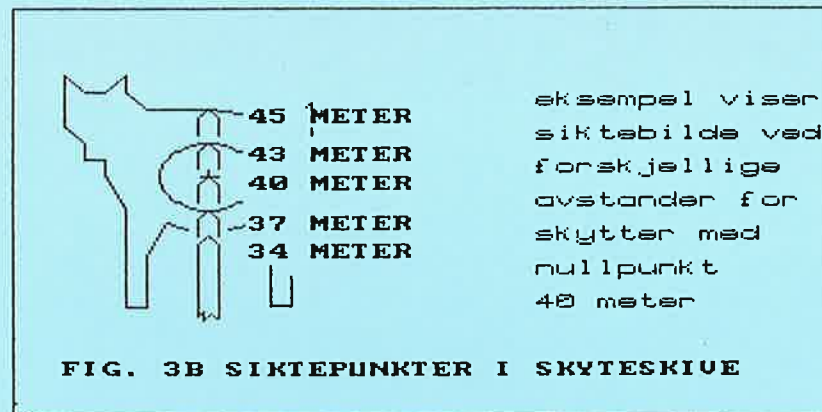
Som tegningen viser, kan vi så finne flere siktepunkter. Finn de avstander som gir treff midt i blinken når du sikter med pilespissen feks. i underkant og overkant av skiva/hjerte-ringen på målet. Bruk tid til å lære siktemerkene grundig. Uansett hvilket system du siden lager deg, er disse merkene nær nullpunktet nyttige.

SIKTE-MERKER kan også være en del av UTSTYRET. I tillegg til pilespissen kan vi sikte med deler av feks. buen. Vanligst er pilehylla og "Klakken" (den horisontale flate delen av buen i underkant av siktevinduet). Se fig. 3C. Disse siktepunktene gir deg merker på avstander over nullpunktet.

Neste skritt er å kombinere disse metodene. Fig. 3D viser dette: vi sjonglerer med kombinasjoner av siktepunkter på målet og utstyret. Figuren er "oppdiktet": forsåvidt er den sannsynlig, men ikke hentet "fra virkeligheten". Slik kan vi få siktemerker for de fleste avstander. Her er det masse spille-rom for fantasien, MEN HUSK: gode resultater i Bare-bow krever ORDEN i syaakene! Ikke gjør det mer komplisert enn du kan beherske. Det er bedre å ha SIKRE MERKER på noen få viktige avstander, enn å lage et system med så mange muligheter at man har vanskelig for å huske dem!

I neste artikkel skal vi se på FORENKLING av systemet ved hjelp av STRENGETRANG.

Peik Borud.



eksempel viser siktebilde ved forskjellige avstander for skytter med nullpunkt 40 meter

FIG. 3B SIKTEPUNKTER I SKYTESKIVE

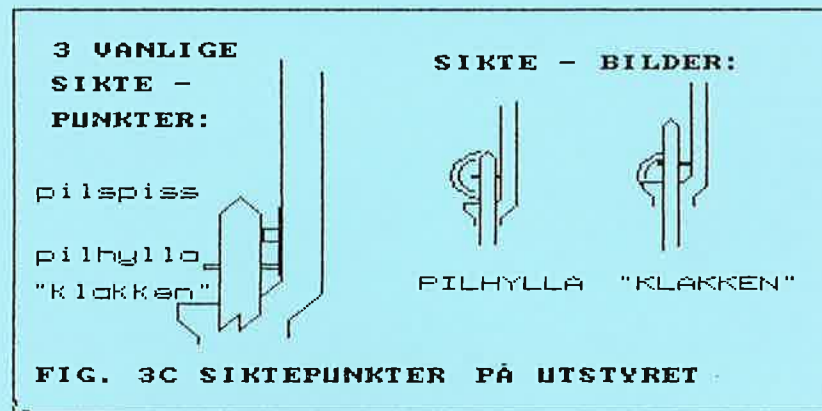


FIG. 3C SIKTEPUNKTER PÅ UTSTYRET

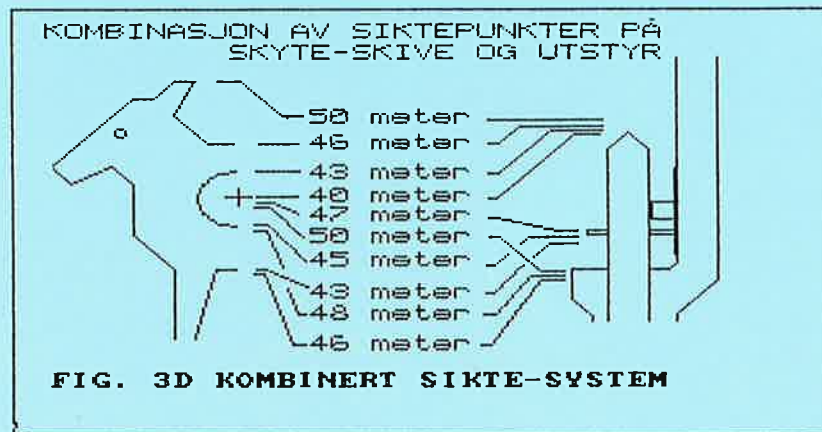


FIG. 3D KOMBINERT SIKTE-SYSTEM