



Hans Svensson

Myrstigen 5 561 00 HUSKVARNA

Tel. 036-13 43 33

Bågskytten

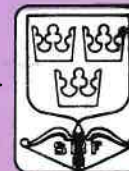
A graphic illustration on a purple background. On the left is a large, stylized bow. To its right, two arrows are shown in flight, pointing towards two diamond-shaped targets. A bear is depicted in the center, appearing to be roaring or attacking the targets.

Årets Riksfinal i Yngre Juniorcupen arrangerades den 9 april och blev en fin mönstring av våra förhoppningsvis blivande elitskyttar. I damklassen segrade Carina Jonsson, BSK Hudik, knappt före Camilla Åhlund, Stallarholmen, och trea blev Anne Bergmark, BK Nimrod.

Nr 6 1983

Arg. 36

Organ för
SVENSKA
BÅGSKYTTE
FÖRBUNDET



YAMAHA

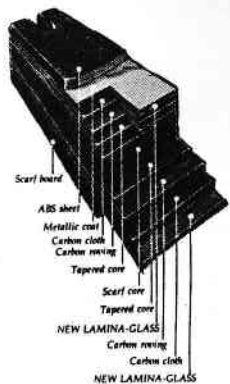
presenterar 80-talets båge



Efter flera års forskning och provande kommer nu YAMAHA med sin nya båge, EX.

Tack vare ny gjutningsmetod och nytt system för laminering har YAMAHA fått fram en båge, som i precision och snabbhet överträffar allt hittills.

Den fick sitt elddop i Las Vegas, världens största inomhustävling. Både i dam- och herrklassen placerade sig skyttar med EX-bågen på 1:a, 2:a och 4:e plats, trots att de endast haft ett par veckors träning med bågen.



Bågskytte-Centrum

Karl Johansgatan 7 B
414 59 GÖTEBORG
Tel. 031-14 73 07

Näringspreparat ger inte bättre resultat

Det finns ur prestationssynpunkt inget ökat behov av näringspreparat — mineraler, vitaminer, proteiner och s k naturmedel i tablettform — vid träning och tävling. En allsidig kost är både bäst och billigast.

Till det resultatet har RF:s kostgrupp, som tillsattes våren 1981, kommit. Gruppen har haft till uppgift att utvärdera det vetenskapliga underlaget för huruvida det finns något ökat behov av näringspreparat vid träning och tävling upp till elitnivå. Vidare har gruppen haft att utvärdera de vetenskapliga studier som finns över effekter av extra tillförsel av näringstillskott på prestationsförmågan. I uppgiften har också ingått att kartlägga de på marknaden förekommande preparaten som marknadsförs som näringstillskott till idrottande.

RF:s kostgrupp består av professor Björn Ekblom, Karolinska Institutet (ordförande), professor Åke Brucé, Statens Livsmedelsverk, professor Leif Hambræus, Institutet för näringslära vid Uppsala universitet, docent Inger Nilsson, Apoteksbolaget, och informationssekreterare Göte Sundqvist, RF (sekreterare). Direktör Åke Färnlöf har varit adjungerad till gruppen. Forskningsstuderande Ann Christin Jonsson, Uppsala, har svarat för insamling och analysering av preparaten.

Kostgruppen redovisar sitt arbete i rapporten "Aktuell kunskap om näringstillskott till idrottande". Skriften är på ett 40-tal sidor och behandlar näringstillskotten i fyra kapitel — mineraler, vitaminer, proteiner och naturmedel. Detaljerade tabeller redovisar innehållet i förekommande preparat m. m. Rapporten är ett första försök att analysera frågan om näringstillskott och förekommande näringspreparat. Kostgruppen kommer att kontinuerligt följa utvecklingen på området och, om behov föreligger, omarbeta rapporten.

Rapporten kan rekvideras från Sveriges Riksidrottsförbund, Idrottens Hus, 123 87 Farsta. 1 ex kostar 15:—.

Två rekord i Grästorp

Vid nationella tavelkyttetävlingar i Grästorp den 15 maj uppnåddes flera utmärkta resultat och bl. a. två svenska rekord. Det var Göran Bjerendal, Lindome, som på 70-metern sköt nya rekordnoteringen 331 och på 30-metern kom sedan nästa rekord. För detta svarade Tommy Qvick som med 30 tior och 6 nior således noterades 354. Det var dock ingen av de två som vann tävlingen. Det gjorde nämligen Gert Bjerendal på 1279 mot Göran 1277 och Qvicks 1269. Damklassen vanns av Lise-lotte Andersson på 1211 medan Anna-Lisa Berglund, Vänersborg, sköt 1183 och Lotti Svensson, Huskvarna, 1178.

• Önskas köpa •

BEG. HOYT-LEMMAR T/D

34 lbs, 68" el. 36 lbs, 70". Ev. bytes mot 28 lbs, 66".

Tel. 031-67 63 30 dag,
031-26 87 27 efter 18

Vi har allt för bågskytte



Förbundsspalten

Arrangörer söks

Även om SBF nu har klart med flera SM-arrangörer för nästa år och i några fall också för 1985 så saknas arrangörer för tre SM nästa år. Det är Ungdoms-SM i tavla inomhus, Tavel-SM utomhus samt fält-SM. Intresserade klubbar bör snarast ta kontakt med SBF:s kansli.

Arrangör söks

för en internationell tavelskyttetävling över 4 dagar under 1984. Preliminärt tävlingsdatum den 8—11 juni. Till denna tävling har SBF för avsikt att bl. a. inbjuda Sovjet.

Ny förening

Norabygdens IK
c/o Sverre Molander
Nyadal 1410
870 20 Sandöverken.

Utmärkelser

Hedersmedalj i guld Erik Erlandsson, BK Dalpilen, hedersmedaljen i silver: Berryl Arvehäll, BK Friskyttarna, Kerstin Stephenson, IF Saab, Hedersmedaljen i brons: Sven-Erik Hall och Thore Karlsson, BK Göta Lejon, Förtjänstplaketten i guld: Bo Engman, Anders Johansson, Kurt Pettersson, Finspångs BK.

Svenska rekord

Vid senaste styrelsemötet godkände SBF:s styrelse följande nya svenska rekord.

FITA 18 m.:

DF 19: BSK Hudik (Monica Nilsson, Ulrika Rann, Carina Jonsson), 1.592 p. 83-03-27.

HF 19: Göran Bjerendal, Lindome BK, 585 p. 83-02-05.

HF 16: Karlshamns BK (Richard Yxell, Thomas Johansson, Jonas Svensson), 1.661 p. 83-02-26.

HF 50: Erik Niemi, Timrå AIF, 568 p. 83-02-13.

HF 60: Sotenäs BK (Gunnar Dahlin, Leif Alexandersson, Erik Karlsson), 1.380 p. 83-02-05.

HI 19: Roger Pettersson, Lindome BK, 546 p. 83-02-06.

HI 60: Enar Åkesson, BK Pantern, 487 p. 83-02-05.

FITA 25 m.:

HI 19: Kurt Zobel, Huskvarna BK, 530 p. 82-12-05, Jan-Erik Lundin, Lindome BK, 536 p. 83-02-27, Kurt Zobel, Huskvarna BK, 536 p. 83-02-22, Lindome BK (Jan-Erik Lundin, Roger Pettersson, Christer Andersson), 1.566 p. 83-02-27.

HI 50: Bengt Johansson, AK-77, 517 p. 83-02-27.

HI 50 och 60: Enar Åkesson, BK Pantern, 501 p. 83-03-06.

Yngre Juniorrond 12 m. 40 cm.:

DF 13: Annelie Ericson, IF Saab, 512 p. 83-02-12, Malin Söderblom, Sätters IF, 515 p. 83-02-19.

HF 13: Morgan Lundin, Lindome BK, 547 p. 83-02-27.

Adressändringar

BK Göta Lejon
c/o Lars Larsson
Södra Ligården 49
425 30 Hisings Kärra.

Forts nästa sida.

TÄVLINGS-resultat

TIBRO-TRÄFFEN. Arr. Tibro BS den 16/1. Omf. FITA 18 m.

DF 19: 1. Bodil Elg, BS Vaggeryd, 530, 2. Eva Åkesson, Falköpings BK, 528, 3. Anna-Lisa Berglund, Vänersborgs BK, 526.

HF 19: 1. Tommy Quick, Tibro BS, 577, 2. Göran Bjerendal, Lindome BK, 572, 3. Gert Bjerendal, d:o, 562.

DF 16: 1. Annika Flodström, Örebro BKJ, 486, 2. Lena Lundgren, Angereds BS, 454, 3. Annica Eliasson, d:o, 452.

HF 16: 1. Björn Haglund, Viskafors BK,

564, 2. Cary Hellström, d:o, 555, 3. Claes Johansson, Vänersborgs BK, 526.

HF 50: 1. Kurt Frisk, Huskvarna BK, 516, 2. Bror-Erik Johansson, Skövde BK, 471, 3. Atte Stenros, BS Grästorp, 467.

HF 60: 1. Gunnar Dahlin, Sotenäs BK, 527, 2. Ragnar Axelsson, Kumla BK, 519, 3. Ragnar Branell, BS Grästorp, 478.

DF 13: 1. Catarina Johansson, Falköpings BK, 515, 2. Anna-Karin Haglund, Viskafors BK, 495, 3. Jeanette Thour, Falköpings BK, 483.

HF 13: 1. Nicklas Björk, BS Vaggeryd, 550, 2. Peter Holm, Tibro BS, 536, 3. Jan Lindqvist, BS Vaggeryd, 510.

DF 10: 1. Ann-Christine Engstedt, Falköpings BK, 495, 2. Maria Nyman, d:o, 475, 3. Helen Karlsson, Skövde BK, 458.

HF 10: 1. Leo Lundqvist, Angereds BS, 538, 2. Nicklas Sandberg, BS Vaggeryd, 521, 3. Magnus Sandahl, d:o, 494.

HI 19: 1. Kurt Zobel, Huskvarna BK, 524, 2. Roger Pettersson, Lindome BK, 519, 3. Janne Lundin, d:o, 515.

HI 13: 1. Morgan Lundin, Lindome BK, 512, 2. Martin Olofsson, BS Gothia, 500, 3. Staffan Zobel, Huskvarna BK, 487.

HI 10: 1. Thomas Zobel, Huskvarna BK, 507, 2. Hans Pettersson, Angereds BS, 375.

Lagtävling: HF 19: 1. Tibro BS, 1624, 2. Skövde BK, 1607, 3. Örebro BKJ, 1605.

HF 13: 1. BS Vaggeryd, 1565, 2. Tibro BS, 1481.

Gävle Bågskytteklubb
c/o Bengt Westlin
Näringsgatan 6 B
803 50 Gävle.

Nytt nordiskt rekord

Vid tävlingar i Helsingfors söndagen den 15 maj svarade Tomi Poikolainen, Finland, för ett utmärkt resultat. Således sköt han här 1291 och slog i förbifarten nytt inte bara finskt utan också nordiskt rekord på 70-metern. Han sköt nämligen här 334, således samma söndag som Göran Bjerendal sköt 331 på samma distans.

Gynna

Bågskyttens

annonsörer

Resultatbarometrar

HI 16:

1. Mats Stenholm, Mullsjö BK	490	19.2
2. Göran Johansson, AK 77	487	30.1
3. Anders Evling, BSK Kungsbacka	472	20.3
4. Mats Jönsson, BK Pantern	467	20.2
5. Per Hansson, Tyresö BK	464	19.2
6. Stefan Vengander, BSK Kungsbacka	454	20.3
7. Cenneth Ahlund, Stallarholmens BK	443	19.2
8. Anders Johansson, Göteborgs BK	436	20.2
9. Peter Helenklanen, Skallsjö BG	432	30.1
10. Paul Petersen, Mullsjö BK	428	13.2

DI 13:

1. Malin Söderholm, Sätters IF	515	19.2
2. Annelie Eriksson, IF Saab	503	20.2
3. Heiddie Tettweiler, BK Siljanspilen	459	13.2
4. Ylva Wellén, BK Pantern	445	9.4
5. Carola Olsson, Kungsängens BK	430	27.3
6. Annelie Rarmusson, BK Pantern	423	9.4
7. Asa Cedemar, IF Saab	392	9.4

HI 13:

1. Jörgen Backström, Angereds BS	533	9.4
----------------------------------	-----	-----

HI 19:

8. Anders Rosenberg, BSK Kungsbacka	515	20.3
-------------------------------------	-----	------

Bågskytten presenterar i detta nummer de sista resultatbarometrarna för den nu gångna inomhussäsongen. Vi redovisar här bara de klasser där det skett förändringar, eller i vissa fall bara de förändringar som skett.

I nästa nummer första resultaten för den nya utomhussäsongen.

DF 13:

1. Carina Jonsson, BSK Hudik	572	10.4
2. Margareta Karlsson, Hammarö	567	20.2
3. Camilla Ahlund, Stallarholmens BK	560	29.1
4. Carina Henriksson, Stallarholmen	552	29.1
5. Karin Sahlin, Timrå AIF	546	26.3
6. Ann-Charlotte Larsson, BS Kil	541	19.2
7. Anne Bergmark, BK Nimrod	539	12.3
Marianne Fahlberg, BK Nimrod	539	26.3
9. Catarina Johansson, Falköpings BK	533	9.4
10. Eva Fasth, BSK Ånge	530	26.3
11. Annika Holmlund, Härnö IF	529	20.2
12. Kristina Nöid, Kungsängens BK	525	9.4
13. Ulrika Lundberg, Hogdals IF	522	26.3
14. Anna-Maria Balldén, Västerås BK	519	27.2
15. Lotta Johansson, BS Kil	516	29.1

DF 19:

1. Liselotte Andersson, Lindome BK	563	16.1
2. Kerstin Wass, Umeå BK	559	6.2
3. Monica Nilsson, BSK Hudik	557	5.2
4. Lena Kristensson, BSK Kungsbacka	555	20.3
5. Lotti Svensson, Huskvarna BK	554	20.2
12. Bodil Elg, BK Vaggeryd	530	16.1
Margot Nilsson, BSK Kungsbacka	530	20.3
14. Eva Åkesson, Falköpings BK	528	16.1
Nettan Andersson, BS Kil	528	6.2
Charlotte Brännström, Björnlunda	528	6.2
17. Ulrika Rann, BSK Hudik	526	5.2
Eva Sköld, Härnö IF	526	6.2
Barbro Lundkvist, Karlstads BK	526	12.3
20. Lotta Gustavsson, Härnö IF	525	27.3
21. Petra Lundström, Sigtuna BK	523	27.3
Monica Sjödin, BSK Hudik	523	10.4

HF 50:

24. Liss Eriksson, Varbergs BK	522	29.3
--------------------------------	-----	------

HF 19:

35. Urpo Rytki, BS Gothia	556	16.1
Olle Ericson, Finspångs BK	556	5.2
Mats Hallberg, Lindome BK	556	5.2
Claus Bernstein, BK Snapphanen	556	26.2
Timo Willi, BSK Järven	556	27.2
Sonny Eriksson, Varbergs BK	556	29.3
41. Peter Boman, Varbergs BK	555	20.3

HF 13:

1. Mikael Raattamaa, Kiruna BK	591	12.2
2. Nicholas Andersson, Kalmar BS	586	26.3
3. Kenneth Grundblad, Stallarholmen	584	6.2
4. Peter Strinnö, Staffanstorps BK	579	9.4
5. Johan Landin, Östersunds BK	577	15.1
Robert Karlsson, Arboga BK	577	19.2

**Skall Du
sälja Din gamla bäge
eller köpa en beg.?**

En annons i Bågskytten kan löna sig. Sätt in 35 kr på postgiro 37 90 05-2 och skriv på inbetalningskortet den text Du önskar i annonsen.

Damerna sköt bäst vid blåsig Blekingeträff

Det var i damklassen som de bästa resultaten nåddes när Karlshamns BK arrangerade säsongens premiärtävling i tavelsskytte i landet, Blekingeträffen.

Tävlingen hölls den 8 maj i ett varmt och soligt väder, men tyvärr också med en kraftig irriterande vind från höger som svängde och i byarna säkerligen uppmätte upp emot 20 meter i sekunden. I det vädret noterade samtliga de tre damerna resultat över 1140 med Elisabeth Nilsson främst på 1179. Hon och Ylva Ivarsson hade en kamp fram till 50-metern där den senare förlorade "mark" i så motto att Lotti Svensson, Huskvarna, gick om. Lotti Svensson ser f.ö. ut att gå mot sin bästa säsong.

I herrseniorklassen tog Håkan Rönndahl, Snapphanen, ledningen redan på 90-metern och drog sedan stadigt ifrån och därmed en säker seger. Nicholas Andersson, Kalmar, vann samtliga delavstånd i junior-klassen och hans seger var således lika klar.

Resultat:

Damer: 1. Elisabeth Nilsson, Kalmar BS,

1179, 2. Lotti Svensson, Huskvarna BK, 1154, 3. Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 1142.

Herrar A: 1. Håkan Rönndahl, BK Snapphanen, 1163, 2. Torbjörn Johansson, Helsingborg, 1099, 3. Erland Pettersson, Kalmar BS, 1044.

Herrar B: 1. Morgan Andersson, Trollhättan, 1018, 2. Christian Svensson, Karlshamn, 1000, 3. Sune Appelqvist, Skogens IF, 942.

Herrar C: 1. Paul Henriksson, Kalmar BS, 891, 2. Per-A. Mattsson, BK Snapphanen, 828.

Oldboys: 1. Arvo Korkkinen, Helsingborgs BK, 1143, 2. Erik Jacobsson, BK Snapphanen, 1102, 3. Ingvar Yxell, Karlshamns BK, 1008.

Juniörer: 1. Nicholas Andersson, Kalmar BS, 1186, 2. Richard Yxell, Karlshamns BK, 1153, 3. Jonas Svensson, d:o, 1105.

Yngre Jun. 70-iadron (Distriktsfinal för Blekinge): 1. Pär Johnsson, Karlshamns BK, 668, 2. Kent Jacobsson, BK Snapphanen, 646, 3. Dork Radünz, Kalmar BS, 632.

Lag seniörer: 1. BK Snapphanen, 3165, 2. Kalmar BS, 2769.

Lag Y. jun.: 1. Karlshamns BK, 1769, 2. BK Snapphanen, 1673, 3. Ronneby BF, 1598.



**SÖLVESBORGS
BOKTRYCKERI**

Norra Bryggerigatan 1, 294 00 Sölvesborg - Telefon 0456-111 38

utför alla slag av reklam- och affärstryck. Böcker, kataloger och tidskrifter. Infordra vår offert när det gäller Era trycksaker i boktryck och offset. Fotosättning och egen repro.



Dubble Europamästaren Vladimir Esheev

av LEIF JANSON

Sovjet har efter det att bågskytte blivit olympiskt satsat mycket hårt på att vara med i kampen om medaljer. Det är en väsentlig skillnad mellan olympiska grenar och icke olympisk idrott i Sovjet. Konkurrensen är hård i Sovjet och därmed också svårt för oss att slå Sovjet i en olympisk gren.

Man har lyckats få fram mycket bra damskyttnar, men på herrsidan har det varit litet trögare. Det kan bero på att motståndet internationellt är större på just herrsidan. En stor stjärna har man dock fått fram, Vladimir Esheev.

Vladimir Esheev är 24 år, han är gift med en bågskytteflicka. Han kommer från Tjita, som ligger mer än 500 mil öster om Moskva, i bortre delen av Sibirien. Det är där Vladimir har lärt sig bågskytte. Man har mycket fina bågskytte-traditioner i trakten. Bröderna Dabaev har gjort ett fint arbete när det gäller att utveckla modernt bågskytte borta i öster. Dabaev-bröderna har vid ett flertal tillfällen varit med i landslaget. Numera bor Esheev i Lvov där han "arbetar" på militärakademien officiellt 4-5 timmar 5 dagar i veckan.

— Men det brukar inte bli mer än någon timma, säger Vladimir.

Tid för träning och tävling får man hur mycket som helst om man tillhör landslaget. Ishockeyspelare och friidrottare behöver aldrig arbeta.

— Jag vill helst flytta till Moskva, säger han vidare, där är det lättare att träna och komma till tävlingar m.m.

Ett problem i Sovjet är att få fram ny materiel. Landslagsskyttarna får hyfsat med

materiel, men i övrigt är det mycket svårt att skaffa fram detaljer som nockar, fenor, för att inte tala om bågar och pilar. Vladimir skjuter med en Hoyt TD-3 49 pounds och han har en långstabelle plus en V-bar som är ledad, dvs. den hänger horisontellt, så att man har lättare att hålla in lodet.



— Det känns bra att skjuta så här, men jag vet inte om det är det bästa, säger Vladimir.

— Det känns mer som om bågen själv får arbeta ut, utan att den hindras av tyngder, berättar han vidare.

Esheevs pilar är 2114 29" med tung spets och Arizona vanes.

— Min träning är pulserande, det vill säga jag tränar olika beroende på när de viktiga tävlingarna går, förklarar Vladimir.

Han har numera Barlov som tränare. Barlov är landslagstränare och känd för att vara av den hårdare sorten. Under höst-vinterperioden tränar Esheev styrketräning fram till mitten av januari. Han spelar en hel del fotboll för att få styrka, men också löpträning ingår som en viktig del av uppbyggnaden. Under två års tid har en psykolog arbetat med landslagsgruppen för att få dem säkrare i tävlingssituationen. Träningen verkar påminna om den autogena träning som vi kör i landslaget.

— Skjutträningen under lågsäsongen blir bara ett femtiotal skott per dag. Men en toppning under ett träningsläger inför en stortävling inleds med mängdträningsspass om minst 150 pilar i period I, som omfattar 5 dagar. Under nästa 5-dagsperiod skjuter vi ca 100 pilar per dag. Den sista perioden omfattar mest koll av trimning och timing, vi skjuter då bara ca 50 skott, säger Esheev.

Han berättar också att mycket av hans träning omfattar teknikträning. Det händer också att han räknar en rond för att stressa tävlingsmomentet.

Skjuttekniskt skulle man kunna beskriva

Esheev som en mycket tuff skytt. Han har en underbar känsla under timingperioden. Tiden upp till fördrag och fram till timing får beskrivas som mycket kort. Det är en stor fördel i blåst. Även om han tycks ta vissa omvägar innan förankringen, så når han snabbt fram till en effektiv hållposition. Han är mycket mjuk i sitt agerande och klipper iväg skottet utan tvekan i de flesta fallen.

Inför en tävling måste hela det sovjetiska laget gå upp tidigt. Man har löpning på morgonen och kör också ett ganska hårt uppvärmningsprogram.

Den dubbla Europamästaren (EM ute -82 och inne -83) Vladimir Esheev är mycket omtyckt, han har ett lätt och tilltalande sätt. Han är en bra vinnare och även en bra förlorare. Den förste att vara framme och gratulera sin ev. besegrare, det är Vladimir. En ödmjuk mästare som inte bara har tekniska toppkvaliteter.

— Till salu —

HOYT T/D 3

med v-bar, 3 stabbar, AGF och Killiansikte och k.p.

Tel. 0755-659 86

NÄSTA NUMMER AV BÅGSKYTTE, NR 7 1983

utkommer i början av juli månad. Sista manusdagen är den 15 juni. I nr 7 skall alla tävlingar som äger rum före den 20 september 1983 vara utannonserade.



Fria DEBATTEN

Amatörmässigt ledarskap

Elitidrott kräver mycket av utövaren. I en gren där det inte förekommer något penningflöde alls är det endast med mycket stora uppoffringar som elitidrottsmännen har en möjlighet att hålla en internationellt hög standard. När idrottsmännen själva satsar hårt är det rimligt att förvänta sig att även ledarna på landslagsnivå gör en seriös satsning.

Det första Europamästerskapet i bågskytte inomhus avhölls för en kort tid sedan i Falun. Med facit i handen, 10:e plats som bäst bland damerna och 13:e plats bland herrarna, är det kanske på sin plats att göra en närmare analys av omständigheterna kring detta EM. Det är viktigt att söka dra lärdom av de erfarenheter som denna mästerskapstävling har gett.

I förhållande till de förväntningar som ställts inför EM måste resultatet betraktas som en klar besvikelse. Ändå vill jag hävda att de svenska skyttarna har gjort en bra prestation utifrån de förutsättningar som de haft. Däremot finns det all anledning att granska närmare landslagstränarnas agerande under de två tävlingsdagarna.

Bågskytte är en sport som ställer stora krav på psykisk stabilitet och koncentrationsförmåga, vilket gör att det stöd som tränaren kan ge i internationella tävlings-sammanhang är av stor betydelse. Tillsammans med många elitskyttar har jag från

åskådarplats följt landslagstränarnas arbete. Tråkigt nog måste konstateras att jämfört med de andra nationernas ledare måste de svenska betecknas som synnerligen amatörmässiga. Inte i något avseende har de lyckats fullgöra sina funktioner som stödpersoner. Bådas roll var mer att jämföras med statistens än den effektiva medhjälparens.

Att man med små men effektiva medel kan genomföra ett effektivt stödarbete visades inte minst av den ryska ledningen. Deras fjärde man, som under hela tävlingen låg på fjärde plats halkade plötsligt ner till en sjätte plats. Tränaren var genast framme, pratade med skytten, gjorde små sannolikt helt betydelselösa justeringar på bågen och därigenom åstadkom ett positivt klimat. Skytten kontrade med att skjuta fullt på de tre återstående serierna och fjärdeplatsen var hennes. Storslam för Sovjet.

Ett av de mer olyckliga tränarbidragen bestod i att acceptera en TV-intervju med den skytt som haft den största förväntningen på sig under första tävlingsdagen. Intervjun sprängdes in mellan första och andra skjutomgången. Den begränsade paus, som skyttarna har skall användas dels till att varva ner till en viss grad och därefter bygga upp koncentrationen inför fortsättningen. Att i detta läge acceptera en TV-intervju kan knappast bidra till skyttens effektiva koncentration. Detta visades också på ett förödande sätt direkt då tävlingarna återupptogs.

Redan före tävlingarna väntade sig många att skyttarna från Sovjet skulle briljera med eminent skjutning. Någon beredskap för att tex filma dessa och därigenom skapa en möjlighet att analysera både skjutteknik och övrigt agerande under tävlingarna fanns ej. De förutseende norrmännen försåg sig givetvis med ett dylikt analysunderlag genom idogt filmande.

För att ett landslag skall fungera framgångsrikt krävs det att tränarna lägger ner

ARIZONA



HAMILTON

®

Mjukplastfenan,



FP 23 = 60 mm

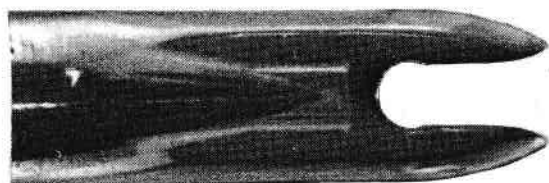


FP 26 = 70 mm

Färger: fluor, grön — orange — ruby,
vitt, och nu också i **blått, gult, rött och svart.**

Gör ett prov — öka resultaten.

EN NOCK MED
SNÄP
H-NOCKEN



PLASTINOCK

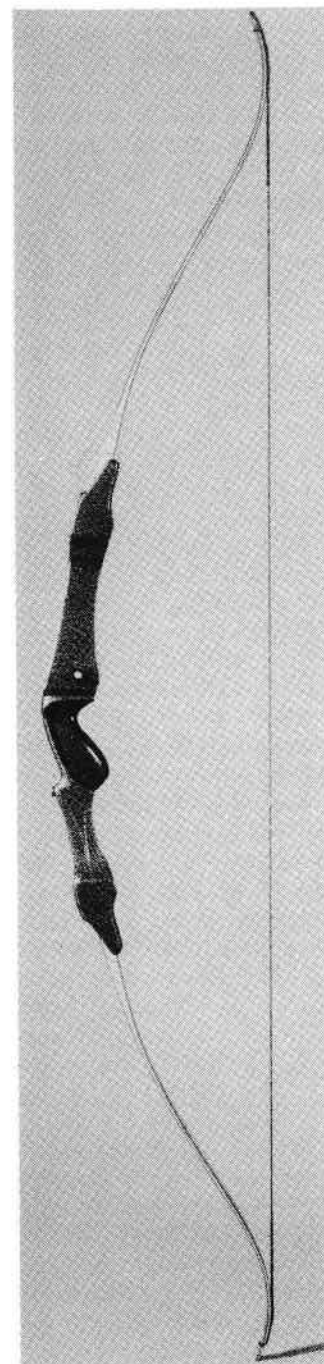
FÄRGER: Fluor, grön - blå - röd - gul - ruby - orange -
vitt och svart

AB CONTINENTAL IMPORT

Brännkyrkagatan 60

117 23 Stockholm

Tel. växel 08/84 04 35 - 09.30—17.00



Hoyt Spirit

Delbar båge av hög kvalitet
till såväl nybörjare som
avancerade tävlingsskyttar.

Handtagssektion av magnesium

Båglängder amo 66" & 68"

Borrad för sikte och plunger

Bussning för mittstabilisator

Utbytbart grepp: lågt — mellan
— högt

Styrkor: 20—40 lbs vid 28"
drag.

AB Continental Import

Brännkyrkagatan 60 117 23 STOCKHOLM

Tel. 08-84 04 35

ett gediget arbete på att skapa god sammanhållning i gruppen. Förutsättningen är dock att tränarna har en självklar kunskapsauktoritet och ett ärligt och genuint intresse för skyttarna som individer. Varken kunskapsauktoritet eller intresse av ovanstående slag tycks finnas för närvarande. Då en mogen och stabil ledning saknas förefaller det omöjligt att nå de internationella framgångar som står i paritet med

SM-VECKAN -83 — VÄRMLAND

Telefon till sekretariat: 054-391 60. Sekretariatet är bemannat under hela SM-veckan 2—9 juli. På tävlingsdagarna 7.00—22.00. Övriga dagar 10.00—22.00. Under veckan före kommer sekretariatet att vara bemannat under vissa, dock ej bestämda tider. På tävlingsplatsen finns telefonautomat för gästerna.

Försäljning i form av korb, glass, smörgåsar, varma och kalla drycker samt andra kioskvaror kommer att säljas från invigningsdagen och övriga dagar under veckan.

För invigningsdagen gäller följande program:

2 juli 18.00. Kommunalrådet Berit Persson inviger SM-veckan. VIF:s representant samt Tävlingskommitténs ordf. K.-E. Nyquist hälsar deltagarna välkomna.

Ca. 18.30 Underhållning av countrygruppen "Tjejkraft".

Möt upp till invigningen, gärna klubbvis samling. Har er förening egen fana? Tag den med! Väl mött!

Fridagsprogram: 5 juli. Vi har anordnat en busstur upp genom Fryksdalen, med besök på Mårbacka — Rottneros i Sunne. Lunch på Rottneros och återfärd över till Klarälvsdalen ner mot Karlstad. Hela resan kostar med allt 75:—/pers. Total reslängd ca 15 mil. Resan startar från tävlingsplatsen 9.00 — Lunch 13.30. Åter tävlingsplatsen ca 17.00. Besöket på Mårbacka sker med guid. Slutgiltig och bindande anmälan: Invigningsdagen — muntligt vid materialkontrollen. Betalning kontant vid anmälan.

Passa på tillfället att se Värmlands stora turistattraktioner!

landslagsskyttarnas talang och kapacitet. I hård internationell konkurrens kan tränarens insats ha en avgörande betydelse för vilka som kniper de främsta placeringarna.

Den lynnighet och oberäknelighet som tränarna idag ger prov på skapar snarare osäkerhet än framgång.

Ledningen har under en längre tid saknat vilja/intresse för att skapa en aktuell bild av skyttarnas form och individualitet i anslutning till uttagningar till olika internationella tävlingar. Vid flera tillfällen har systematisk uppföljning och inventering ersatts med kompistänkande som undergrävt förtroendet för ledningen hos breda grupper. I några fall har det blivit upprörda reaktioner — i andra fall har man inte ens brytt sig om att reagera, vilket är ännu allvarigare med tanke på sportens utveckling. Problemen med landslagsledningen är således ingalunda nya. Det förefaller inte vara särskilt fruktbart att fortsätta vänta på en förändring som aldrig tycks infinna sig. Det räcker inte med att skyttarna på alla sätt söker utvecklas, en utveckling måste även ledarna genomgå. Då de tycks sakna vilja eller förmåga att utvecklas i denna roll finns det bara en rimlig slutsats — de bör lämna sina platser och ge en ny ledning möjlighet att vidareutveckla svenskt bågskytte. Ledarna är de klara förlorarna i detta EM.

Nikolaj Babkin

Bäste Nikolaj!

Som ledamot i SBF:s styrelse och därmed också en av de ansvariga för exempelvis landslagsledningens och tränarnas agerande vid tävlingar där SBF har huvudansvaret vill jag här bemöta den kritik som Du framför. En kritik som är riktad inte enbart mot just lagledningen och landslagstränaren för EM-truppen i Falun utan också för hela styrelsen då de nämnda ledarna enbart följt

Distriktstävling för handikappade



Så här såg det ut i IF Karlsviks träningslokal då föreningen arrangerade DM för handikappade.

För första gången har i Sundsvallsområdet en distriktstävling för handikappade ordnats i bågskytte.

Tävlingen arrangerades i IF Karlsviks träningslokal och samlade ett 10-tal deltagare.

Just inom det här området är intresset för bågskytte stort bland de handikappade, men man har problem med lokal. Man har tidigare hållit till i en skolas källarlokal, men på grund av brandrisken fick man inte vara där längre.

Önskemålet om en ny lokal är stort, säger i sammanhanget Karl-Erik Jonsson som också omtalar att många av de handikappade bågskyttarna i distriktet dock redan är engagerade i SBF-klubbarna där.

Karl-Erik Jonsson vann själv den här tävlingen på 546 poäng före klubbkamraten i Kämparna Birger Persson och Arne Tjernell, Härnösands. I damklassen segrade Kerstin Engholm före Karin Sjölund, båda de också från IF Kämparna.

de instruktioner vi har för sådant ledarskap.

Att elitidrott kräver mycket är helt riktigt och det gäller såväl skyttar som ledning. Jag vill påstå att satsningarna från båda håll är ytterst seriösa och vi i SBF:s styrelse såväl som skyttarna gör detta helt ideellt.

För oss som ledare är det behållningen att vi får se våra skyttar utvecklas och nå framgångar. Det är den motivationen vi har för vårt arbete, ett jobb där vi satsar en stor del av vår fritid och många gånger också pengar. Detta gäller förvisso också rikstränaren Leif Janson. Han är visserligen anställd av förbundet som kanslist och

generalsekreterare, men en stor del av de tränaruppdrag han tar på sig gör också han ideellt, d. v. s. han offrar på detta arbete sina veckohelger och sin semester.

Att det första Inomhus-EM:et inte blev någon svensk framgång är vi helt överens om och visst skall man dra lärdom av sådant som hänt både positivt och negativt.

Att det den här gången inte gick så bra för våra svenska skyttar är däremot säkerligen inget som man helt kan lasta lagledningen för och kanske hade det varit befogat med en sammandragning några dagar före. Med tanke på att mästerskapet gick på "hemmaplan" föredrog vi dock den här gången att låta var och en sköta sin uppladdning själva. Detta var också i överensstämmelse med de flesta skyttarnas önskemål.

Lagledaren och tränarens arbete under själva tävlingen var sedan helt i överensstämmelse med de riktlinjer som vi har

inom SBF-ledningen. Riktlinjer som våra elitskyttar själva varit med om att utforma. Det är således skyttarnas önskemål som ligger bakom uppläggningsen av ex. våra träningsläger etc. Målsättningen har här varit att skyttarna i stort själva skall klara tävlingssituationen. I exempelvis internationellt fältskytte får vare sig lagledare eller tränare ens komma i närheten av skyttarna under tävlingens gång.

Under taveltävlingar arbetar vi efter helt andra principer än ex. öststatsländerna och har också andra förutsättningar. Under tävlingarnas gång fungerar vi många gånger i stort sett som observatörer, samlar material för senare användning etc. Det betyder givetvis inte att vi är helt passiva om någon skytt uppenbarligen behöver eller begär hjälp. Efter varje dags tävling har vi oftast en genomgång och det är vid dessa som vi tillsammans med skyttarna diskuterar ige-

Dessa utbildades på Bosön



Vid vårens sammandragning av distriktstränarna fick ett gäng av våra mera framgångsrika och intresserade bågskytteungdomar agera elever och fick därmed också del av denna utbildning. Här är tränare och elever samlade på samma bild.

ÄNTLIGEN...



Nu finns den åter på lager

fenan med luftmotståndkompensator och sidvindstabilitet

Ring DLB! 08-36 40 40

nom såväl individuella- som grupp-problem.

Du tar också fram den olyckliga TV-grejen med Göran Bjerendal. Den skall Du dock inte lasta lagledningen för utan i första hand mig personligen. Det var nämligen jag, i egenskap av PR-man för EM:et och inom SBF som tillsammans med Göran, och givetvis senare också efter samråd med lagledningen, accepterade detta i vår gemensamt strävan att göra så god PR för vår sport som möjligt. Säkerligen har Du såväl som så många andra också uppmärksammat att just årets Inomhus-EM gav sporten den kanske bästa PR:en vi fått på bra många år.

För Dig kan jag också omtala, om Du

nelighet är något som jag har svårt att förstå var Du får belägg för. Snarare tvärt själv inte iakttog det, att hela EM:et spelades in på film av ett team från Falun och detta visste vi från SBF:s sida. Därmed hade vi ju ingen anledning att själva göra något i den vägen, men däremot samlade vi in annat material, genom andra iakttagelser.

Det Du säger om sammanhållning i en landslagstrupp är mycket riktigt av väsentlig betydelse. Det insåg vi i SBF-styrelsen för många år sedan och det är något som vi lägger stor vikt på vid utbildningen.

Det Du säger om lynnighet och oberäk-

Forts sid 18.

SM-veckan får egen poststämpel



Arrangörerna för årets SM-vecka i Värmland har också utnyttjat de möjligheter till en specialstämpel som Postverket erbjuder. Brev och vykort som sänds från en speciell brevlåda vid tävlingsplatsen kommer att förses med denna stämpel.

Bilden ovan visar hur stämpeln ser ut och är som synes en negativ avbild på en bågskytt i fullt drag. Samma motiv går f.ö. igen i den speciella dekal som man också tagit fram för arrangemanget.

Vidare kan omtalas att arrangörerna också tagit fram speciella vykort för SM:et och dessa är ritade av arrangörsföreningarnas ungdomar. Åtta olika motiv finns och korten kommer att säljas i buntar om 10 st i varje bunt. Priset per bunt kommer att bli 10 kr eller 1:50 kr per st.

Forts fr sid 17.

om försöker vi köra en "rak linje" och är måna om att hela tränarkåren skall "tala samma språk".

Däremot är jag till en viss del beredd att instämma med det Du säger om systematisk uppföljning. I vår strävan att få ut utbildningen på ett så brett register skyttar som möjligt har här kanske missats något, men det har i så fall skett på bekostnad av att vi fått flera skyttar utbildade. Pengarna kan som bekant inte räckta till allt, men har någon enskild skytt begärt eller känt behov av uppföljning har säkerligen inte detta nekats vederbörande. Jag skulle kunna lämna flera exempel därpå och när det gäller uppföljningen ligger också ett stort ansvar hos distriktstränarna.

Tvärt emot Din åsikt skulle jag vilja påstå att vi inom svenskt bågskytte väl hänger med i utvecklingen, men det kanske inte går så fort. Att det finns utvecklingsarbete bakom tränarna borde inte ha undgått Dig, eller har Du aldrig kontakt med tränarna runt om i landet?

Vid de årliga tränarkonferenserna diskuteras just sådan utveckling och nyheter på olika områden penetreras.

Det torde inte vara en tillfällighet att just SBF i flera sammanhang uppmärksammas av andra SF-förbund och i dessa engagerats, för redovisning av våra erfarenheter på olika områden. I utbildningshänseende ligger vi säkerligen väl framme gentemot andra specialförbund.

Att komma med kritik är ett bevis på friskhet, men kritiken skall vara befogad och den skall inte vara gnäll. Du har inte redovisat mycket konkret konstruktivt som kan leda till sportens utveckling, men Du kräver att vi skall ta konsekvenserna och avgå.

Med ett sådant krav förutsätts också att Du har något att komma med vid nästa förbundsmöte, till dess sitter vi kvar och arbetar som tidigare med bågskyttesportens bästa för ögonen.

Ingvar Yxell

Svenska rekord 31/12 -82

Federationsronden:

Damer: 70 m. Anna-Lisa Berglund, Vänersborgs BK, 318 p. 81-08-09, 60 m. Lena Sjöblom, IF Ulvarna, 321 p. 76-06-06, 50 m. Lena Sjöholm, IF Ulvarna, 319 p. 75-06-04, 30 m. Eva Sköld, Härnö IF, 344 p. 82-07-11, totalt Anna-Lisa Berglund, Vänersborgs BK, 1.258 p. 81-08-09, lag Timrå AIF (Clary Lindblom, Alva Dahlin, Alice Näslund), 3.379 p. 75-07-27.

Herrar: 90 m. Gert Bjerendal, Lindome BK, 300 p. 81-06-28, 70 m. Håkan Rönn Dahl, Ronneby BF, 328 p. 81-05-31, 50 m. Göran Bjerendal, Lindome BK, 331 p. 81-05-17, 30 m. Göran Bjerendal, Lindome BK, 352 p. 80-05-04, totalt Göran Bjerendal, Lindome BK, 1.287 p. 81-06-28, lag Lindome BK (Göran Bjerendal, Gert Bjerendal, Håkan Andersson), 3.773 p. 81-06-28.

Damjuniorer (gamla ronden): 70 m. Anita Johansson, Tibro BS, 289 p. 75-07-13, 60 m. Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 319 p. 81-07-04, 50 m. Nettan Andersson, BS Kil, 290 p. 82-08-08, 30 m. Eva Sköld, Härnö IF, 344 p. 82-07-11, totalt Eva Sköld, Härnö IF, 1.220 p. 82-07-11, lag IF Ulvarna (Kerstin Beijer, Lia Boström, W. Plewska), 3.391 p. 64-08-01.

Damjuniorer (nya ronden): 60 m. Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 321 p. 82-05-20, 50 m. 122 Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 319 p. 80-05-18, 50 m. 80 Lena Helander, Södertälje BF, 306 p. 82-07-03, 30 m. Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 341 p. 82-05-20, totalt Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, 1.265 p. 82-05-20, lag Kungsängens BK (Lenita Janson, Torill Kvilten, Heléne Janson), 3.270 p. 81-07-04-05.

Herrjuniorer: 70 m. Bengt Bäckström,

Tyresö BS, 318 p. 82-05-20, 60 m. Jonas Svensson, Karlshamns BK, 330 p. 82-06-13, 50 m. Stefan Nilsson, IF Karlsvik, 318 p. 81-08-01, 30 m. Mats Nordlander, IF Karlsvik, 352 p. 80-07-12, totalt Mats Nordlander, IF Karlsvik, 1.289 p. 80-07-11-12, lag SK Iron (Thomas Carlsson, Håkan Carlsson, Sören Thunberg), 3.652 p. 82-07-02-03.

Oldgirls: 60 m. Sigrid Johansson, Stockholms BK, 249 p. 81-08-01, 50 m. 122 Sigrid Johansson, Stockholms BK, 288 p. 81-08-01, 50 m. 80 Sigrid Johansson, Stockholms BK, 249 p. 81-08-02, 30 m. Signe Andersson, BK Gripen, 297 p. 81-08-02, Sigrid Johansson, Stockholms BK, 297 p. 81-08-02, totalt Sigrid Johansson, Stockholms BK, 1.083 p. 81-08-01-02.

Oldboys: 70 m. Erik Karlsson, Finspångs BK, 309 p. 76-05-30, 60 m. Erik Karlsson, Finspångs BK, 331 p. 76-05-30, 50 m. Erik Karlsson, Finspångs BK, 313 p. 78-05-21, 30 m. Erik Karlsson, Finspångs BK, 342 p. 77-05-19, totalt Erik Karlsson, Finspångs BK, 1.271 p. 76-05-30, lag Karlshamns BK (Stig Nordgren, Sten-Ragnar Olsson, Karl Johansson), 3.392 p. 76-07-11.

Damer veteraner: 60 m. Eivor Johansson, Ljungsbro BK, 255 p. 82-07-17, 50 m. 122 Eivor Johansson, Ljungsbro BK, 280 p. 82-07-17, 50 m. 80 Sigrid Johansson, Stockholms BK, 210 p. 82-07-18, 30 m. Sigrid Johansson, Stockholms BK, 292 p. 82-07-18, totalt Sigrid Johansson, Stockholms BK, 1.004 p. 82-07-17-18.

Herrar veteraner: 70 m. Gustav Jansson, Storfors BK, 289 p. 81-06-08, 60 m. Gustav Jansson, Storfors BK, 303 p. 81-06-08, 50 m. Gustav Jansson, Storfors BK, 311 p. 81-06-08, 30 m. Gustav Jansson, Storfors BK, 339 p. 79-07-27, totalt Gustav Jansson, Storfors BK, 1.236 p. 81-06-08.

PRO STAFF

ben pearson®



PRO STAFF butiker:

Sportskyttemateriel
Birger Jarlsgatan 81
Stockholm, Tel. 08-32 44 32

Östlunds Sportaffär AB
Stortorget 11
Örebro, Tel. 019-11 03 41

Jägarboden
Albrektsvägen/G. Övägen
Norrköping, Tel. 011-12 27 80

PRO STAFF SVENSKA AB
Stationsgatan 126
564 00 **Bankeryd**

Fler KOMMER.

Nu kan alla köpa
**Ben Pearson, samt
Pro Staff i Sverige**



PRO STAFF SVENSKA AB

JA TACK! — VI ÖNSKAR INFORMATION OCH BROSCHYR-
MATERIEL OM BEN PEARSON & PRO STAFF BÅGAR
OCH TILLBEHÖR.

OBS!
VART NYA
NAMN - ADRESS

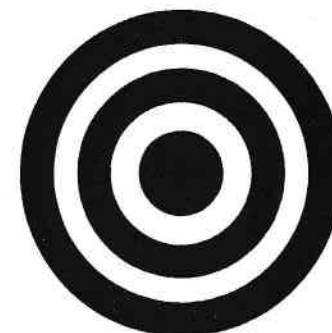
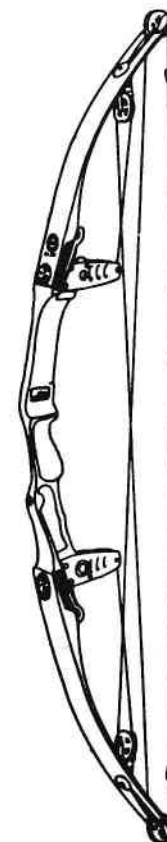
NAMN:
ADRESS:
POST.NR:
ORT:
KLUBB:

PLATS
FÖR
BREVPORTO

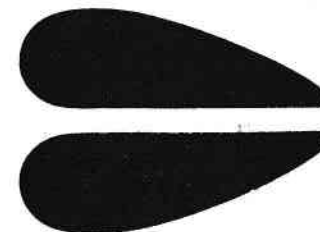
TILL:

**PRO STAFF
SVENSKA AB
STATIONSGATAN 126
564 00 BANKERYD**

TEL. 036-714 00



PRO STAFF™



ben pearson®

Dubbla segrare korades i 2 klasser i "Älgjakten"

Årets "Älgjakt" i Huskvarna den 24 april blev en jämn tävling där det fick koras två segrare i herrarnas fristilsklass. Tre skyttar hade här samma resultat och av dessa hade Göran Bjerendal och Christer Olmarker också använt 44 pilar var och fick alltså dela på segern medan Gert Bjerendal förpassades till tredjeplatsen. Ledningen efter första rondan hade annars Leif Johnsson, Grimslöv, med 375 poäng, men hamnade till slut på femte plats efter också Tommy Qvick.

Lika jämnt var det f.ö. också i den instinktiva oldboysklassen där det också blev två segrare.

217 skyttar hade Huskvarna BK glädjen att se den här gången och det var nytt rekord och att det blir många deltagare är ju inte så svårt att få när exempelvis Lindome kommer med 50 skyttar.

Resultat:

HF 60: 1. Folke Tropp, Vaggeryd, 650, 2. Ulf Hartelius, Kungsbacka, 605, 3. Birger Åhl, Skövde, 570.

HF 50: 1. Erik Karlsson, Finspång, 720, 2. Sterner Lindblad, Häfreström, 695, 3. Gillis Andersson, Lindome, 670.

HF 19: 1. Göran Bjerendal, Lindome, 735, 2. Christer Olmarker, Kungsbacka, 735, 3. Gert Bjerendal, Lindome, 735.

HF 16: 1. Björn Haglund, Viskafors, 695, 2. Conny Andersson, Mjölby, 640, 3. Cary Hellström, Viskafors, 625.

HF 13: 1. Peter Holm, Tibro, 650, 2. Christer Engman, Motala, 605, 3. Peter Enbom, Tibro, 570.

HF 10: 1. Magnus Sandahl, Vaggeryd, 720, 2. Niklas Sandberg, d:o, 675, 3. Anders Johansson, Mjölby, 635.

DF 10: 1. Camilla Sjödahl, Mjölby, 575, 2. Petra Areskoug, Vaggeryd, 565.

DF 19: 1. Lena Kristensson, Kungsbacka, 635, 2. Gun Henriksson, Lindome, 610, 3. Margot Nilsson, Kungsbacka, 595.

DF 13: 1. Anna-Karin Haglund, Viskafors, 610, 2. Annie Johansson, Mjölby, 455.

HI 50: 1. Ebbe Svensson, Skallsjö, 535, 2. Karl-E. Kallhag, Lindome, 535, 3. Bengt Pettersson, Björnen-Inkas, 520.

HI 19: 1. Joseph Schaller, Lindome, 635, 2. Lars-Göran Swensson, Pantern, 625, 3. Lars Hedell, Trollhättan, 620.

HI 16: 1. Mats Stenholm, Mullsjö, 470, 2. Mats Jönsson, Pantern, 460, 3. Conny Lindroth, Björnen-Inkas, 460.

HI 13: 1. Staffan Zobel, Huskvarna, 715, 2. Tommy Markander, Lindome, 630, 3. Morgan Lundin, d:o, 620.

HI 10: 1. Thomas Zobel, Huskvarna, 735, 2. Petrus Brattström, Lindome, 630, 3. Tomas Stenholm, Mullsjö, 625.

DI 19: 1. Karin Nilsson, Kungsbacka, 505, 2. Marie Svensson, Lindome, 500, 3. Anita Schaller, d:o, 430.

DI 10: 1. Madelene Svensson, Eksjö, 555, 2. Barbro Skrenya, Mullsjö, 480, 3. Chris Svensson, Eksjö, 435.

Lagtävling: HI 60-50-19-16: 1. Lindome lag 1, 1815, 2. Lindome lag 2, 1655, 3. Björnen-Inkas, 1560.

HF 60-50-19-16: 1. Lindome lag 1, 2170, 2. Häfreström, 2030, 3. Kungsbacka, 2020.

HI 10: 1. Mullsjö, 1820, 2. Lindome lag 1, 1810.

• Önskas köpa •

HÖGERBÅGE

66 eller 68", 35—36 lbs.

Tel. arb. 0346-800 00 ankn. 320

Bost. 0346-170 26

Flera favoritsegrar i YJ-cupens riksfinal



Här poserar samtliga deltagare i riksfinalen inför fotografen.

Årets Riksfinal i YJ-cupen arrangerades den 9 april av Club RuPa och blev en fin mönstring av våra förhoppningsvis framtida elitskyttar. Det blev också en i flera klasser spännande tävling, men i stort sett blev det favoritsegrar.

Dock satt dessa i några fall mycket hårt till och exempelvis var Michael Raattamaa inte så överlägsen som hans slutresultat visade. Han hade en bra stund bl.a. Kenneth Grundblad före sig, men plockade in poäng efter poäng för att till slut stå som segerherre.

I pojknarnas I-klass visade Jörgen Backström, Angered, fina takter och onekligen är han ett hopp för framtiden. Den här gången vann han med 40 poängs marginal,

men efter honom var det betydligt jämnare. Den som fick strida bra för sin seger så var det också Carina Jonsson från BSK Hudik, som till slut hade Camilla Åhlund, Stallarholmen, endast tre poäng efter sig.

Att det finns ämne också för en framtida bra I-damklass visade de åtta flickor som deltog här. Annelie Eriksson, Saab, var dock denna gången för överlägsen, men med mera rutin och utbildning finns här många utvecklingsbara flickor om vi tar hand om dem på rätt sätt.

Resultat:

HF 13: 1. Mikael Raattamaa, Kiruna BK, 586, 2. Peter Strinnö, Staffanstorp, 579, 3. Kenneth Grundblad, Stallarholmen, 575, 4.

Forts sid 31.

JENNINGS
COMPOUND BOWS

dlb

**IN EVERY FIELD,
THERE'S ONLY ONE LEADER**

dlb UDO WEIDT AB

Box 3360 · 163 03 SPÅNGA-Stockholm, Sweden · 08-36 40 40



Biomekanik XII

av Filip Westlund

I den förra artikeln gjorde jag en antydning om att för mycket av allmän styrketräning kan påverka skjuttekniken negativt. Detta är en iakttagelse som några av våra elit-skyttar gjort. Man har helt enkelt inte kunnat arbeta ut skotten ordentligt. Orsaken till denna försämring ligger troligen inte i styrketräningen som sådan, utan på att inte styrketräningsspassen följts upp med rörlighetsträning.

Vid styrketräning, speciellt med tunga vikter, sker en tillväxt av muskelvolymen samtidigt som muskellängden förkortas. Denna förkortning minskar musklernas rörelseomfång och i extrema fall kan musklerna även låsa varandra och förhindra ett naturligt rörelsemönster.

Undersökningar har visat att enstaka styrketräningsspass minskat rörelseomfånget med mellan 5–13 % under minst två dygn. Det har även noterats att hårt tränande fotbollsspelare fått en avsevärt minskad led-rörlighet. Denna minskade led-rörlighet har visat sig ha ett klart samband med skador i muskler och senfästen. Vi konstaterar således att ökad styrka normalt får betalas med minskad rörlighet om man inte vidtar några förebyggande åtgärder. Till de förebyggande åtgärderna hör bland annat stretching och liknande former av rörlighetsträning.

Vi skall nu titta lite närmare på några metoder som syftar till att öka led-rörligheten.

I många år har vi trott att pendlings-rörelser, bålrollning m.m. skulle vara bra rörlighetsövningar. Forskning har dock på

senare år kunnat visa att pendlingsövningar inte påverkar led-rörligheten, däremot kan de göra en viss nytta som uppvärmnings-rörelser. På senare år har man nämligen kommit underfund med att musklerna och senornas försvarsmekanismer, som skall förhindra att rörelserna blir så stora att ligament och leder tar skada, motverkar pendlingsrörelsernas syfte. För att komma förbi denna spärrmekanism måste alla täjnings-rörelser genomföras långsamt så att "broms-impulserna" hinner ebba ut.

1. Täjningsövningar

Vid *täjningsövningar* svänger du de lemmar du vill öka rörelseomfånget på med kraft mot sina ändlägen och låter lemmarnas massa och rörelseenergin forcera sig förbi din normala rörelsegräns.

Denna metod kan ge goda resultat om övningen genomföres med mjuka rörelser, så att man får minsta möjliga studseffekt. Gör 4–8 dragningar per lempar med succesivt minskande utslag. Avsluta med att "hänga kvar" i ytterläge.

Den här metoden ger i regel tillräcklig effekt för att bibehålla den rörlighet du hade innan du började med styrketräning. Utföres rörelserna hårt och knyckigt är risken dock stor för att metoden inte ger något positivt resultat.

2. "Enkel" stretching

Vid denna typ av stretching för du lugnt ut lemmarna mot deras ytterlägen, stannar och håller sträckningen kvar samt pressar i 10 sekunder utan att överskrida smärt-

SBF sänder dubbla lag till Finland

SBF har fått en inbjudan till en landskamp mot Finland i tavelsskytte den 18—19 juni och förbundsstyrelsen har accepterat erbjudandet. Man har till och med beslutat att anmäla dubbla lag för att så många skyttar som möjligt i vår elit skall få internationell erfarenhet. Vid tävlingarna kommer förutom Sverige och Finland också Sovjet att vara representerade.

Följande skyttar har uttagits: Damer: Liselotte Andersson, Lindome BK, Ylva Ivarsson, Karlshamns BK, Elisabeth Nilsson, Kalmar BS, Monica Nilsson, BSK Hudik, Lena Kristensson, BSK Kungsbacka, Eva Sköld, Härnö IF, Liselotte Svensson, Huskvarna BK och Kerstin Wass, Umeå BK.

Herrar: Gert och Göran Bjerendal samt Mats Palmér, Lindome BK, Tomas Johansson, Västerås BK, Mats Nordlander, IF Karlsvik, Tommy Qvick, Tibro BS, Rolf Svensson, Södertälje BF och Roger Zettergren, BK Tellus.

gränsen. När sträckkänslan börjar avtaga töjer du ut ytterligare ett stycke så att du känner ungefär samma motstånd som vid den första töjningen. Håll kvar i detta läge i 10—30 sekunder. När du gör den andra töjningen kommer du in i det område där du är på väg att öka din ledrlighet.

Anm. Det är viktigt att du andas lugnt och är så avslappnad som möjligt.

Med denna metod kan du både bibehålla

och förbättra din ledrlighet. Det är lätt för dig att kontrollera om du kommer ordentligt ut i ledernas ändlägen och att rätt muskler engageras.

3. Stretching (kontraktion-avslappning-töjning)

Skillnaden mellan "enkel" stretching och den här metoden är att du inleder övningen med att först spänna de muskler du vill sträcka ut och först därefter dra ut musklerna. Genom att först spänna musklerna lurar du muskel- och senhämningarna att förbli avslappnade några sekunder. Under den tiden hinner du dra ut de aktuella musklerna till sina ändlägen utan något motstånd från hämningsmekanismerna.

Metodik

- Spänn de aktuella musklerna under 10—30 sekunder. (Se program).
- Slappna av under 2—3 sekunder.
- Töj ut musklerna så långt du kan och håll sträckningen kvar där under lika lång tid som du spände dem (10—30 sekunder).

Med den här metoden kan du på ett skonsamt sätt öka din ledrlighet. Gjorda tester pekar emot att den här metoden är den effektivaste. Metoden har sedan länge använts av sjukgymnaster vid rehabilitering efter ledoperationer och efter skador. Det var i det sammanhanget jag själv fick lära mig den och fick se hur effektivt den fungerade.

Hur mycket behöver du träna?

Hur mycket du behöver träna beror på hur stor ledrlighet du strävar efter.

Följer du upp varje styrketräningsspass med rörlighetsträning kan du räkna med ökad rörlighet under c:a 48 timmar. Detta innebär att du bör rörlighetsträna 3—4 gånger per vecka. Du kan antingen träna rörlighet i särskilda pass eller i samband

med att du tränar andra moment. Rörlighetsövningar bör exempelvis ingå i ditt uppvärmningsprogram.

När det gäller vad du skall träna skadar det inte att du tränar hela rörelseapparaten men med tyngdjunkten på de muskler som får jobba när du skjuter. Vi har i SBF tagit fram ett program som är komponerat från S A Sölveborns "Boken om stretching" där även bilderna som visar grundprincipen är hämtade. Här vill jag rekommendera dig som vill veta mer om stretching än jag kan ta upp till behandling i den här artikeln att själv skaffa dig boken. I boken förklaras på ett enkelt sätt hur musklerna fungerar vid stretching och varför i princip alla människor bör lära sig hur man ökar sin rörlighet. En stor del av innehållet omfattar bilder över hur du tränar flertalet av rörelseapparaten muskler. Utöver detta har författaren utarbetat speciella program för olika idrottsgrenar. Tyvärr innehåller inte boken något specialprogram för oss bågskyttar men det hoppas jag skall komma med i nästa upplaga. Vi har nämligen utarbetat ett förslag, som presenterades vid den senaste tränarkonferensen. Som tips för dig som tänker köpa Sölveborns bok så omfattar vårt program övningarna 1—15 samt 51 och 52.

Till slut några ord till dig som tycker att du börjar bli för gammal att börja med något nytt, vill jag säga att lätt styrketräning kombinerad med stretching motverkar

Detta är stretching.



ett för tidigt åldrande av muskulaturen med åtföljande muskelförsvagning.

Det gäller för dig att hålla emot i "utförsbacken". Med den här artikeln är serien om biomekanik avslutad men jag kommer senare att ta upp andra problem som kan ha allmänt intresse, hit hör bl. a. idrott för barn och ungdom.

Gynna Bågskyttens annonsörer

Vid behov av idrottsmedaljer och plaketter
begär offert från

MÄRKESFIRMAN
STIBE

Leif Ekström
Box 26003, 750 26 Uppsala
Tel. 018-12 21 40

Vinterns inomhusserie för I-ungdom slog bra

Parallellt med att den s.k. Kirunakorren genomfördes under vintersäsongen så arrangerade Lindome BK också en riksfattande ungdomsserie för I-skyttarna i landet.

I denna konstaterades ett bra deltagande och i många klasser också bra resultat och hela tiden var det också spänning.

Som synes av resultaten höll sig denna spänning tävlingen ut och i många klasser var det endast med några poängs marginal som segrarna vanns.

Resultat:

HI 16: 1. Göran Johnsson, AK-77, 1019, 2. Mats Stenholm, Mullsjö, 1016, 3. Paul Pedersen, d:o, 1000, 4. Mats Jönsson, Pantern, 980, 5. Urban Johansson, Mullsjö, 958, 6. Claes Hagman, d:o, 954.

DI 16: 1. Git Karlsson, Mullsjö, 901, 2. Camilla Attheden, d:o, 841, 3. Hanna-Lena Stahm, d:o, 816.

HI 13: 1. Morgan Lundin, Lindome, 1065, 2. Martin Olofsson, Gothia, 1063, 3. Jörgen Backström, Angered, 1053, 4. Mikael Siipola, d:o, 1051, 5. Staffan Zobel, Huskvarna, 1044, 6. Anders Bared, Älvenäs, 1036, 7. Ulf Bengtsson, Gothia, 1023, 8. Niklas Magnusson, Mjölby, 1000, 9. Claes Yngvee, d:o, 992, 10. Jonas Jinskog, Gothia, 985.

DI 13: 1. Marika Persson, Club RuPa, 890, 2. Carola Olsson, Kungsängen, 842, 3. Barbro Skrenya, Mullsjö, 832, 4. Ylva Willén, Pantern, 807, 5. Camilla Källström, Göta Lejon, 788, 6. Anna Bergenheim, d:o, 658.

HI 10: 1. Thomas Stenholm, Mullsjö, 1090, 2. Thomas Zobel, Huskvarna, 1090, 3. Glenn Bergsten, Mullsjö, 1077, 4. Mikael Nohag, Lindome, 990, 5. Krister Niva, Tellus, 981, 6. Mats Rosengren, Mullsjö, 973, 7. Dennie Odelstrand, Club RuPa, 953,

8. Jan Kuvaja, Mullsjö, 946, 9. Björn Olsson, Kungsängen, 929, 10. Hans Pettersson, Angered, 905, 11. Crister Hulthenberg, Pantern, 893, 12. Robert Hyrsky, Angered, 889, 13. Thomas Lindgren, Mullsjö, 875, 14. Andreas Lindgren, d:o, 870, 15. Tommy Larsson, Göta Lejon, 867.

DI 10: 1. Nina Ahvenvaara, AK-77, 950, 2. Annelie Rasmusson, Pantern, 767, 3. Anna Bohlin, AK-77, 754, 4. Elisabeth Carlsson, Älvenäs, 677, 5. Anna Persson, Club RuPa, 676.

Lag äldre juniorer I 16: 1. Mullsjö BSK I, 2975, 2. Mullsjö BSK II, 2655, 3. AK-77, 2543.

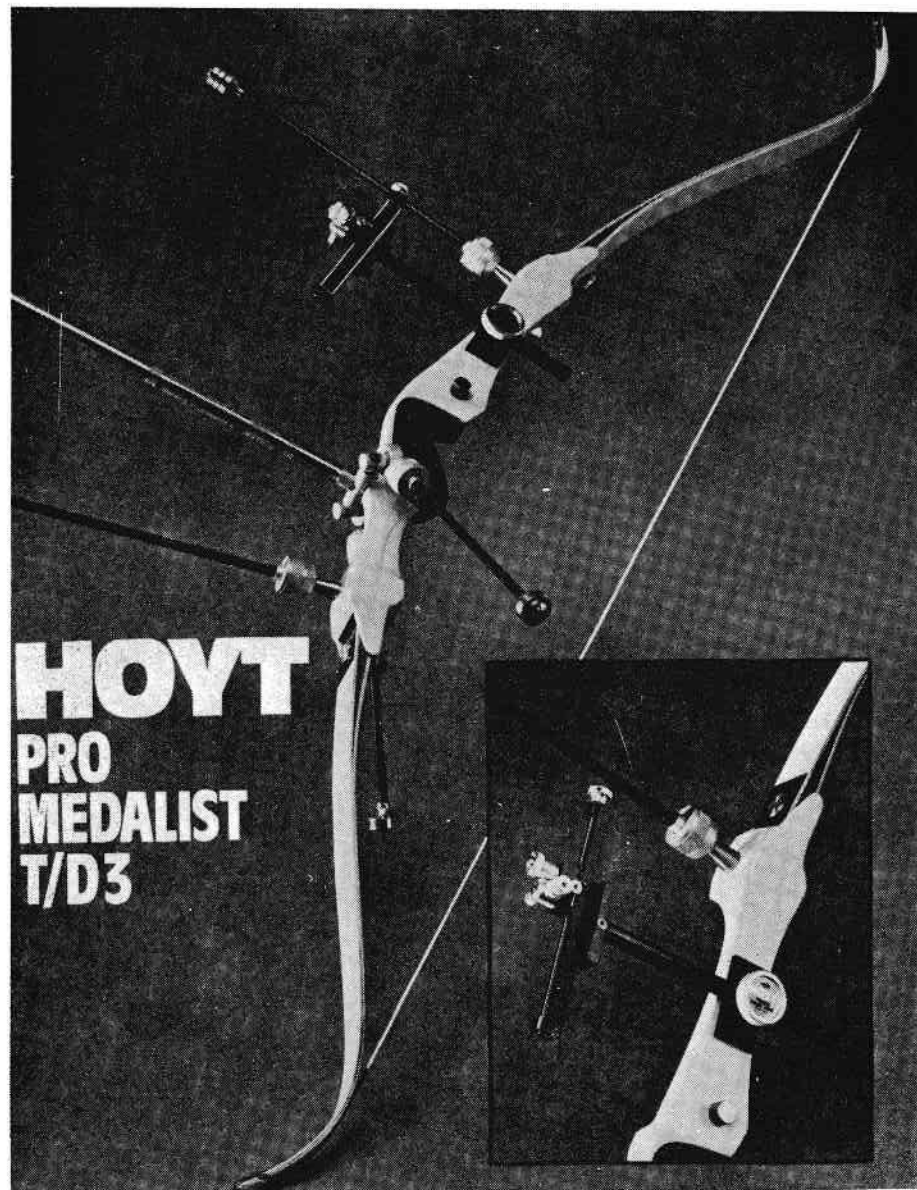
Yngre juniorer I 13: 1. BS Gothia, 3065, 2. Lindome BK, 3001, 3. Mjölby BS I, 2902, 4. Club Ru-Pa I, 2674, 5. Älvenäs BK, 2597, 6. BK Göta Lejon I, 2427.

Knattar I 10: 1. Mullsjö BSK I, 3124, 2. BK Tellus, 2818, 3. Mullsjö BSK II, 2697, 4. Club Ru-Pa, 2611, 5. Lindome BK, 2591, 6. Angereds BS, 2552.

Mats Nordlander sköt 1289

Det har redan i år uppnåtts flera verkligt bra resultat i tavelsskytte, och som framgår på annan plats i dagens Bågschyten så har det också slagits svenska rekord. Mats Nordlander, IF Karlsvik, var också mycket nära ett sådant då han vid tävlingar i Umeå Kristi Himmelfärdsdag sköt 1289, d. v. s. årsbästanoteringen för landet.

TÄVLINGS-resultat



AB Continental Import

Brännkyrkagatan 60 117 23 STOCKHOLM

08-84 04 35 9.30—17.00

SNAPPHANEJAKTEN. Sönd. den 17/4. Arr.: BK Snapphanen. Omfattning 30 mål jakt.

DF 19: 1. Maj-Britt Johansson, Karlshamns BK, 430, 2. Evy Yxell, d:o, 345, 3. Inger Westerdal, Bromölla, 195.

HF 19: 1. Leif Johnsson, Grimslövs AIF, 535, 2. Torbjörn Johannesson, Helsingborg, 525, 3. Christian Svensson, Karlshamns BK, 510.

HF 50: 1. Olle Jönsson, Ronneby BF, 530, 2. Ingvar Yxell, Karlshamns BK, 470, 3. Enar Aronsson, Ronneby BF, 440.

HF 60: 1. Gunnar Borgström, Satsserups GF, 465, 2. Erik Johansson, Grimslövs AIF, 405, 3. Henry Nilsson, Satsserups GF, 370.

HI 50: 1. Bengt-Åke Ohlsson, BK Pantern, 355, 2. Enar Åkesson, d:o, 330.

HI 19: 1. Lars-Göran Svensson, BK Pantern, 505, 2. Olle Gran, d:o, 420, 3. Göran Rasmusson, d:o, 300.

HI 16: 1. Michael Lindrot, BK Björnen, 370, 2. Jan Ruthblad, Ronneby BF, 355, 3. Conny Lindrot, BK Björnen, 315.

HI 13: 1. Mats Lannestad, BK Pantern, 385, 2. Peter Rasmusson, d:o, 295, 3. Tomas Platin, BK Björnen, 295.

HF 16: 1. Richard Yxell, Karlshamns BK, 480, 2. Michael Lindström, Bromölla, 405, 3. Robert Gardhage, Huskvarna, 340.

HF 13: 1. Peter Eriksson, Bromölla, 545, 2. Tomas Westerdal, d:o, 540, 3. Joakim Hansson, BK Snapphanen, 475.

HF 10: 1. Lars-Peter Sonesson, BK Snapphanen, 335, 2. Tobias Lind, d:o, 300.

Lagtävling: HF: 1. Karlshamns BK, 1460, 2. Ronneby BF, 1440, 3. Grimslövs AIF, 1405.

HF 13: 1. BK Snapphanen, 1130, 2. Ronneby BF, 980.

HI blandat: 1. BK Pantern, 1225, 2. Värnamo, 980.

GOTTÅSAJAKTEN. Arr.: Grimslövs AIF den 15 maj. Omfattning 30 mål jakt.

DF 50: 1. Maj-Britt Johansson, Karlshamns BK, 430, 2. Evy Yxell, d:o, 390.

DF 10: 1. Tiina Saarelainen, BSK Vaggeryd, 520, 2. Petra Areskou, d:o, 455, 3. Linda Yxell, Karlshamns BK, 390.

HF 50: 1. Olle Jönsson, Ronneby BF, 525, 2. Kurt Frisk, Huskvarna BK, 505, 3. Karl Johansson, Karlshamns BK, 475.

HF 19: 1. Leif Svensson, Vetlanda BSK, 560, 2. Håkan Rönndahl, BK Snapphanen, 51g, 3. Roger Andersson, Karlshamns BK, 500.

HF 16: 1. Jonas Svensson, Karlshamns BK, 465, 2. Alex Areskou, BSK Vaggeryd, 325.

HF 13: 1. Jan-Olof Bengtsson, BSK Vaggeryd, 465, 2. Joakim Hansson, BK Snapphanen, 460, 3. Dan Petersson, BSK Vaggeryd, 450.

HF 10: 1. Pär Johnsson, Karlshamns BK, 590, 2. Magnus Sandahl, BSK Vaggeryd, 545, 3. Niclas Sandberg, d:o, 525.

HI 19: 1. Kurt Zobel, Huskvarna BK, 480, 2. Mikael Lindroth, BK Björnen-Inkas,

Forts fr sid 23.

Anders Mellgren, BK Kil, 573, 5. Göran Karlberg, BK Mohican, 566.

HI 13: 1. Jörgen Backström, Angereds BK, 533, 2. Niklas Magnusson, Mjölby, 492, 3. Mikael Olsson, Säters IF, 485, 4. Magnus Svensson, Club RuPa, 480, 5. Morgan Lundin, Lindome, 480.

DF 13: 1. Carina Jonsson, BSK Hudik, 559, 2. Camilla Ahlund, Stallarholmen, 556, 3. Anne Bergmark, BK Nimrod, 535, 4. Katarina Johansson, Falköpings SK, 533, 5. Margareta Karlsson, Hammarö BK, 530.

DI 13: 1. Anneli Eriksson, Saab, 488, 2. Ylva Wilén, BK Pantern, 445, 3. Carola Olsson, Kungsängen, 426, 4. Annelie Rasmusson, BK Pantern, 423, 5. Malin Söderbom, Säters IF, 415.

TÄVLINGS-resultat

395, 3. Rune Johansson, Grimslöv AIF, 330.

HI 13: 1. Staffan Zobel, Huskvarna BK, 540, 2. Fredrik Hallqvist, BK Björnen-Inkas, 495, 3. Thomas Plantin, d:o, 360.

HI 10: 1. Tomas Zobel, Huskvarna BK, 565, 2. Pierre Fransman, d:o, 435, 3. Morgan Fröjd, BK Björnen-Inkas, 420.

NYB.: 1. Mikael Andersson, Växjö AIS, 565, 2. Börje Jonsson, d:o, 335.

Lag "Långt avstånd": 1. Karlshamns BK, 1475, 2. Huskvarna BK, 1455, 3. Ronneby BF, 1435.

Lag "Y-J avstånd": 1. BK Snapphanen, 1230, 2. Ronneby BF, 1170, 3. BK Björnen-Inkas, 1165.

BK GÖTA LEJON

inbjuder till

LEJONTRÄFFEN

sönd. den 21 augusti kl. 9.00.

Tävlingsplats: Torpet Assared.

Klasser: Samtliga enligt SBF:s bestämmelser.

Omfattning: 2x20 mål jakt.

Sista anmälningsdag: 17 augusti till Lars Larsson, Södra Ligården 49, 425 30 Hisingens Kärra.

VÄLKOMMEN önskar

BK Göta Lejon

BÄGSKYTTEKLUBBEN ALPAS

inbjuder härmed till

HERMELINRONDEN

lördagen den 30 juli 1983.

Tävlingsplats: Klubbens bana på Luspnäset.

Provpilar: Kl. 10.00.

Tävlingsform: Enkel fed.rond 3-pilsserier.

Klassindelning: Enligt SBF:s bestämmelser.

Startavgifter: Sen. och äldre 35:—, jun. 25:—, y. jun. 15:—, knattar 10:—.

Anmälan: Senast den 25 juli 1983 till Bertil Nilsson, Tvärgatan 19, 923 00 Storuman. Tel. 0951-103 39.

VÄLKOMMEN TILL STORUMAN!

Tävlingsinbjudningar

SKALLSJÖ BÄGSKYTTEGILLE

inbjuder till

HIAWATAJAKTEN

söndagen den 31 juli 1983 kl. 09.00.

Tävlingsform: 2x15 jakt.

Tävlingsplats: Klubbens bana Ljungslätt, Gråbo.

Vägvisning: Från Gråbo väg 520 från Göteborg.

Klasser: Yngre Juniorer och Knattar.

Startavgift: Samtliga 15:—.

Anmälan: Senast den 26 juli 1983 till Ebbe Svensson, Monvägen 2, 440 06 Gråbo, tel. 0302-416 98.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA!

Skallsjö BG



På uppdrag av

SVENSKA BÄGSKYTTEFÖRBUNDET

inbjuder Tibro BS till

SM I JAKTBÄGSKYTTE

den 3—4 september 1983.

Tävlingsplats: Rankåsområdet, Tibro. (Vägvisning från Tibro centrum).

Omfattning: Mästerskap för F- och I-skyttar, individuellt och onominerade tremannalag. Samtliga klasser utom juniorer. Enligt bestämmelserna får juniorer starta som seniorer.

Tävlingsform: 2x40 jaktmål med 40 mål pr. dag. OBS. servering ordnas på tre platser på varje bana.

Invigning: Den 3 sept. kl. 8.30 därefter omedelbart start. Den 4 sept. start kl. 8.00.

Anmälningsavgifter: Individuellt 85:—, Lag 40:—.

Anmälan: Skall vara oss tillhanda på utsänd anmälningsblankett senast den 1 aug. 1983 under adress Tibro Bågskytteällskap, Pl. 1463, 543 00 Tibro. Anmälningsavgiften skall samtidigt med anmälan insättas på Tibro BS postgiro 32 35 37-1 märk talongen Jakt-SM 83. Efteranmälningar mottages ej.

Hotell och camping: Se separat förteckning utsänd till klubbarna i samband med inbjudan.

SM-exp. och materialkontroll: Vid tävlingsplatsen (följ vägvisningen). Fredagen 2 sept. kl. 17.00—22.00. Lördagen 3 sept. Materialkontroll kl. 06.30—07.45. Tel. 0504-117 35 (klubblokalen).

Upplysningar: Tel. 0504-115 83 (Wahl). Tel. 0504-143 38 (Danehammar). Tel. 0504-146 84 (Carlsson).

VI HÄLSAR ALLA BÄGSKYTTRAR HJÄRTLIGT VÄLKOMNA TILL
"SNICKARSTADEN" TIBRO OCH DEN FINA RANKÅSTERRÄNGEN!

Tibro Bågskytteällskap

På uppdrag av

SBF

inbjuder vi till

MOTALA INTERNATIONAL ARCHERY TOURNAMENT

den 4—7 augusti 1983.

Omfattning: VM-test stjärntävling. Dam- och herrseniorer samt oldgirls, veteraner och juniorer.

Tävlingsform: Dubbel FITA-rond. 4/8 90—70 resp. 70—60, 60—50 m. = 6-pils-serier på de långa avstånden. 5/8 50—30 m. 6/8 90—70, 70—60, 60—50 m. 7/8 50—30 m.

Start: 4/8 kl. 10.30, övriga dagar kl. 10.00.

Materialkontroll: 3/8 från kl. 18.00—20.00 och den 4/8 kl. 8.00—9.30 vid tävlingsbanan.

Anmälningavgifter: 100 kr. för juniorer. Övriga 125 kr. Skall insättas samtidigt med anmälan på föreningens postgirokonton 49 35 18-5.

Anmälan: Skall vara oss tillhanda senast den 18/7 -83 under adress Motala Bågskytteklubb, Box 259, 591 23 Motala.

Tävlingsplats: Bågskyttebanan Fålehagen, avfart från riksväg 50 mot Vadstena. Mitt emot OK-macken.

Träningskjutning: Banan är öppen för träning onsdagen den 3/8 kl. 12.00—18.00.

Upplysningar: Lämnas per tel. 0141-140 56 (Ekman), 512 32 (Axelsson), 503 47 (Engman).

Logi: Hotell Palace, Kungsgatan 1, 591 30 Motala, tel. 0141-166 60. Pris 145 kr. per person, enkelrum tillägg 75 kr. i priset ingår frukost. Park Hotell, Platensgatan 27, tel. 0141-110 00. Pris 100 kr. person. Frukost serveras. Camping Z-parken Varamobaden. Tält och husvagnar kan ordnas vid klubbstugan Ekhaga 500 meter från tävlingsplatsen mot en avgift 5 kr. per dygn. Det är ont om rum, ordna det i god tid.

Servering: Vid tävlingsplatsen kommer enklare servering som kaffe, läsk, smörgåsar, kaffebröd, varm korv etc. att finnas. Serveringen öppnas kl. 8.00 varje morgon.

VÄLKOMNA TILL SVERIGE OCH MOTALA I SOMMAR 1983!

Motala Bågskytteklubb

Enkel Federationsrond * Amerikarond

Tävlingsform och klasser:

Fristil: Enkel federationsrond, YJ skjuter Minirond.

Instinktiv: Amerikarond, YJ 70-iadenronden och samtliga knattar Knatteronden.

Tävlingsplats: Lindome Idrottsplats.
Vägvisning från gamla E6 Lindome.

**Lördagen 23 juli
kl 9⁰⁰**

Stjärntävling Ungdomslandskamp

LINDOME BÅGSKYTTEKLUBB

2 x 14 Field & Hunter

Tävlingsform: 2x14 Field & Hunter.

Klasser: Samtliga enl. SBF.

Tävlingsplats: LBK:s klubbstuga, Dvärred, Lindome.
Vägvisning från gamla E6 Lindome.

**Söndagen 24 juli
kl 9⁰⁰**

Startavgifter: Per tävling: Sen., Oldb., 35:—, Jun., 20:—,
YJ och Knattar, 10:—, Lag, 15:—.

Anmälan: Helst skriftligt senast 15 juli till
Lindome BK, Box 195, 437 00 Lindome.
Angiv vilken tävling som avses.

Kontaktmän: Gun Henriksson 031-27 71 46,
Anita Schaller 031-76 27 88,
Tel. klubbstugan 031-75 00 02.

Välkomna till Lindome

Lindome BK

BÅGSKYTTEVECKA I VÄSTERBOTTEN

Västerbottens Bågskytteförbund, Umeå BSK, BK Krysspricken och Skellefteå BK inbjuder till följande tävlingar.

Deltävling 1: Malmträffen FITA, Skellefteå BK, sönd. 17 juli 1983 kl. 10.00. Tävlingsplats: Vittbergets bågskyttebana.

Deltävling 2: 2x15 Jakt, BK Krysspricken, tisd. 19 juli kl. 14.00. Tävlingsplats: Terrängen vid bågskyttebanan i Sikeå.

Deltävling 2: Amerikarond, Umeå BSK, torsd. 21 juli 1983 kl. 16.00. Tävlingsplats: Klubbens bana vid Nydala, E-4 norra utfarten.

Deltävling 3: Björkträffen FITA, Stjärntävling, lörd. 23 juli 1983 kl. 10.00. Tävlingsplats: Klubbens bana vid Nydala E-4 norra utfarten. OBS. 6-pilsserier på långhållen.

Samtliga klasser enligt SBF:s bestämmelser förekommer. Till vinnare i Bågskytteveckan utses de som över 3 tävlingar erhållit den högsta placeringspoängen enligt speciell poängberäkning. Under veckan koras även bästa bågskyttefamilj.

Startavgifter: Sen. och äldre 35:—, Jun. 25:—, Y. jun. 15:—, Knattar 10:—, Lag 25:—. Erlägges vid resp. tävling.

Anmälan: Senast den 10 juli 1983 till Bertil Nilsson, Tvärgatan 19, 923 00 Storuman. Tel. 0951-103 39.

BODENS BÅGSKYTTEKLUBB "PILEN"

inbjuder till

GENERAL BJÖRKS VANDRINGSPRIS

söndagen den 19 juni kl. 10.00.

Plats: Bågskyttebanan intill campingplatsen.

Tävlingsform: FITA-rond, miniorer-FITA och knatterond.

Klasser: Enligt SBF:s bestämmelser.

Avgifter: Seniorer, Oldboys 40:—, Juniorer 25:—, y. juniorer och knattar 10:—, lag 25:—.

Anmälan: Senast den 13 juni till Sigurd Uddefall, Professorsvägen 62, 951 63 Luleå. Tel. 0920-991 44.

VÄLKOMNA TILL KANONSTADEN!

Bodens BP

På uppdrag av

GÖTEBORGS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder Göteborgs Bågskytteklubb till

DM — TAVLA

12 juni kl. 9.00

på GBK:s bana i Kallebäck.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

På uppdrag av

JÄMTLAND-HÄRJEDALENS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder Ytterhogdals SK till

DM I TAVELSKYTTE

den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda klubbar.



På uppdrag av

SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET

inbjuder vi till

SVENSKA MÄSTERSKAPEN OCH SWEDISH OPEN I FÄLTSKYTTE

lördagen den 13 aug. och
söndagen den 14 aug. 1983.

Tävlingsform: 2x28 mål Field & Hunter.

Tävlingsklasser: Samtliga klasser från H16 och D16 och uppåt.

Tävlingsplats: Åsgården, Lumsheden, Svärdsjö.

Tävlingsstart: Båda dagarna kl. 09.00.

Anmälningsavgift: H16 och D16 samt lag 50:— kr. Övriga 80:— kr.

Anmälan: Senast den 18 juli under adress: Fält-SM 83, c/o Ulla Kallin, Lumsheden 611 B, 810 25 Åshammar. Anmälningsavg. insättes samtidigt på postgiro 436 93 83-7. Efteranmälan i mån av plats fram till tävlingsdagarna mot en efteranmälningsavgift av 25:— kr.

SM-expedition: Öppen fredag 12 aug. kl. 16.00—22.00 samt lördag 07.00—08.30.

Materielkontroll: Fredag kl. 17.00—21.00. Lördag kl. 07.00—08.30.

Servering: Korv, smörgåsar, drycker m. m. vid startplatsen och på banorna.

Camping: Uppställningsplats för husvagnar samt tältplatser intill tävlingsområdet. Anvisningar om logi kommer i inbjudan till klubbarna.

Inbjudan: Sändes klubbarna i slutet av maj.

Upplysningar: Ulla och Stig Kallin 0246-710 39 (tiden 20/6—20/7 på tel. 0653-300 38 efter kl. 18).

VÄLKOMNA TILL 1983 ÅRS FÄLT-SM I EN BÅGSKYTTEVÄNLIG TERRÄNG!

Svärdsjö Idrottsförening

Bågskytte-sektionen



TROLLHÄTTANS BÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till

TROLLJAKTEN tillika DM för Västergötland

den 28/8 kl. 9.00, 2x15 J&F på klubbens bana vid Ängens gård,
vägvisning från klaffbron.

Klasser: Samtliga enligt SBF.

Anmälningsavgifter: Sen. 35:—, jun. 25:—, y. jun. 15:—, knattar 15:—, lag 25:—.

Anmälan: Senast tisd. 23/8 -83 till: Birgitta Olofsson under **vecka 33** efter kl. 21.00. Tel. 0520-115 61. Marianne Ahnfelt under **vecka 34**. Tel. 0520-153 39.

Lättare servering finnes.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

VÄLKOMNA!

På uppdrag av

VÄSTERGÖTLANDS
BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder Alingsås BK till

DM I TAVLA

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

På uppdrag av

VÄSTERBOTTENS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder vi till

DM I TAVELSKYTTE

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

Umeå Bågskytteklubb

BÅGSKYTTRARNA, KUNGSBACKA

inbjuder till

GÖTALANDSMÄSTERSKAP I TAVELSKYTTE

söndagen den 26 juni kl. 09.00.

Tävlingsplats: Fotbollsplanen i Inlag, söder
Kungsbacka.

Tävlingsform: FITA-rond och Minor-rond.

Klasser: Samtliga utom knattar.

Startavgifter: Seniorer 35:—, juniorer
20:—, yngre juniorer 10:—.

Anmälan: Skall vara oss tillhanda senast
22 juni.

HJARTLIGT VÄLKOMNA!

Bågskyttarna

Box 10230, 434 01 Kungsbacka

På uppdrag av

UPPLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjudes härmed till

DM I TAVELBÅGSKYTTE

för seniorer och juniorer

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

S:T ERIKS FÄLTBÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till

SFSF:s RIKSMÄSTERSKAP

(RM) den 18—19/6 vid klubbens bana
i Sundbyberg.

2x14 hunter ena dagen och 2x14 field
andra dagen.

RM:et är öppet även för icke SFSF-anslutna
som vill ta tillfället att träna field och hunter
i tävlingsform. Närmare upplysningar genom
H. Ax, 0758-349 30 och S. Grundström, 08-
83 95 90.

VÄLKOMNA!

På uppdrag av

BLEKINGE BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder BK Snapphanen till

DM I TAVLA

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

På uppdrag av

VÄSTMANLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder BK Mohican till

DM UTOMHUS

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

BK NIMROD

inbjuder till

KAPTENSPILEN

lördagen den 11 juni -83.

Tävlingsstart: 11.00.

Tävlingsplats: Kaptensgården, Malmberget.

Tävlingsform: Enkel FITA, Oldb., Damer,
Jun., Yngre jun.-rond samt 2x20 m. för
knattar.

Klassindelning: Enligt SBF:s bestämmelser.

Startavgifter: Sen. och äldre 35:—, Jun.
25:—, Y. jun. 15:—, Knattar 10:—.

Anmälan: Senast den 9/6 -83 till: Paul
Köhler tel. 0970-100 91.

VÄLKOMNA!

På uppdrag av

NORRBOTTENS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder vi också till

DM I TAVLA UTOMHUS

söndagen den 12 juni 1983.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

VÄLKOMNA!

Förbundsspalten i Bågskytten är SBF:s
officiella spalt. För övriga artiklar an-
svaras resp. författare eller Bågskyttens
red.

TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE

Svenska Bågskytteförbundets officiella organ
Redaktör: INGVAR YXELL, Gröna vägen 7 a
292 02 Asarum. Tel. 0454-206 28

Ansvarig utgivare: INGVAR YXELL
Postgiro: 37 90 05-2 c/o Doris Bengtsson
Resedavägen 17, 232 02 Akarp.

Prenumerationspriser:

Helår 65:—
Utanför Norden: Helår 75:—

Annonsspriser:

1/1-sida 360:—
1/2-sida 190:—
1/4-sida 110:—
1/8-sida 90:—

Diverseannonser, per spaltmillimeter 3:—.
Bilagor enligt överenskommelser.

Tidskriftens adress: Tidskriften Bågskytten,
292 02 ASARUM.

Sölvesborgs Boktryckeri, Sölvesborg 1983