

Kjell Lindant
Lindgatan 17
573 37 TRANÅS



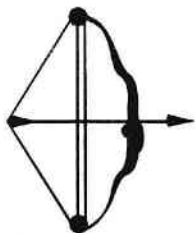
Var smart!

Vi har marknadens bästa
backstop.

Stoppar alla pilar!

Outslitligt!

Ring gärna för referenser.



3 storlekar
122cm x 122cm
90cm x 90cm
60cm x 60cm



LABO Import AB
Sweden

Alla dagar 09.00 – 22.00

054 – 53 31 10

Tidskriften Bågskytten, Gröna vägen 7 A, 374 52 Asarum.

Bågskytten



Birger Åhl och Karl-Erik Rogerlind är två av entusiasterna inom Skövde BK och som varit med att bygga den nya hallen, som de två och kamraterna i klubben nu får mycket nöje av.

Nr 1—2 1993
Ärg. 46

Organ för
SVENSKA
BÅGSKYTTE
FÖRBUNDET



YAMAHA bevisad världsklass!

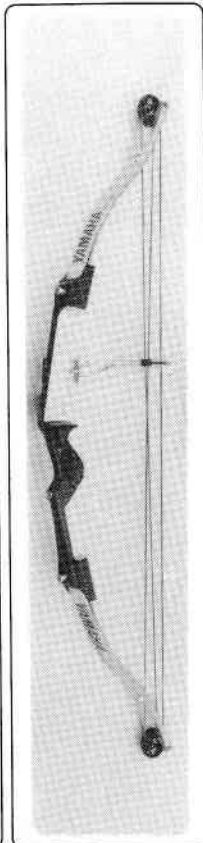
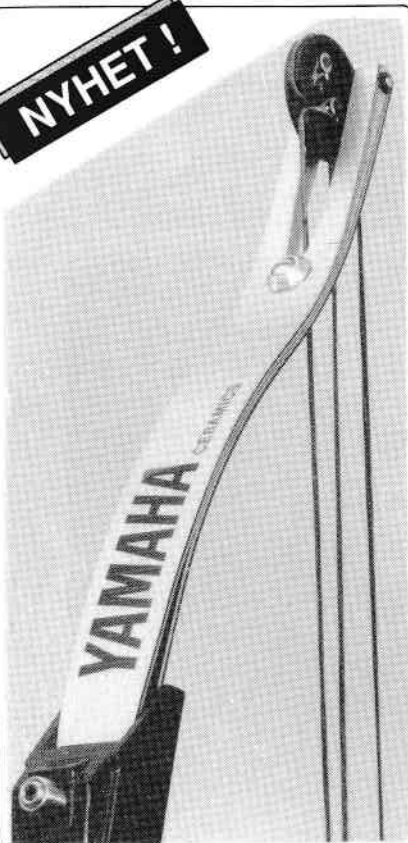
compound YAMAHA α -EX

feelin' YAMAHA feelin' YAMAHA feelin' YAMAHA feelin' YAMAHA feelin' YAMAHA

Singelspårshjul - "Super Flight" - Ceramics/Carbon lemmar

Det mest avancerade koncept som använts i en compoundbåge. Bågarna är snabba, mjuka, konstanta och har perfekt timing och balans. Helt enkelt de bästa compoundbågar som någonsin byggts

NYHET!



YAMAHA α -EX CERAMICS COMPOUND.

Båglängd: 46,5"
Hjul: Singelspår
Höghastighet
Let-Off: 50 eller 65%
Sträng: Super Flight
Kablar: Super Flight
Dragvikt: 30-45#, 35-55#,
40-65#
Dr.längd: 27" - 32" i 1" interv.
(25" - 30" från pivot)
Färger: Tvåtonslack,
röd/silver, blå/silver
Lemmar: Recurverade,
ceramicslaminerade.

YAMAHA α -EX CARBON COMPOUND.

Data enl ovan, förutom;
Färg: Camosvart (matt svart)
Lemmar: Recurverade,
carbonlaminerade.

Introduktionspriser:

α -EX CERAMICS COMPOUND

6550.- (7690.-)

α -EX CARBON COMPOUND

5950.- (6990.-)

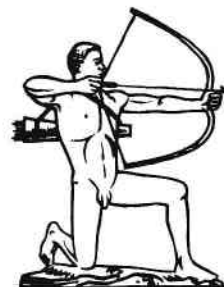
090-114180 till 22⁰⁰ alla dagar!
090-124898 order-FAX dygnet runt!

polartech. ★

Box 7022
S-900 07 Umeå

feelin' YAMAHA

YAMAHA
helt enkelt
bäst!



Inför ett nytt år!

Sedvanligt brukar vi nämna årets stora internationella mästerskap som de största och viktigaste händelserna men det finns skäl att ställa sig frågan, är det verkligen så?

Otvivelaktigt är internationella mästerskap viktiga. Vi kan aldrig få så god massmedial bevakning och intresse för bågskytte-sporten som efter fina tävlingsframgångar.

Under året kommer inomhus-VM i Frankrike i början av mars månad, junior-VM som även det avgöres i Frankrike i slutet av augusti och det kanske största VM i olympiskt bågskytte i Turkiet i mitten av september.

För fältskyttarna blir det lite av ett mellan-år med World Games i Holland i slutet av juli samt NM som arrangeras i Värmland den 24—26 september.

Försöker man titta i kristallkulan för att fastställa färdriktning och långsiktig strategi för bågskyttesportens utveckling i Sverige finns det dock gott om alternativ till kommande viktiga händelser. Vår statistik sedan 70-talet visar ett flertal intressanta och samtidigt tankevärda fakta.

Medlemsökningen har med några få år som undantag varit positiv under alla år och vårt i verksamhetsplanen fastställda mål är att passera 10.000 medlemmar senast år 2000.

Det är när man delar medlemsökningen i åldersgrupper och jämför med tävlingsstatistiken det blir intressant.

Den senaste rapporteringen visade att all ökning finns inom åldersgrupperna upp till

15 år medan det minskat inom övriga grupper. Totalt är det som tidigare nämnts en ökning.

Efter en besvärlig nedgång i tävlingsdeltagande under 80-talet har det mycket glädjande totalt vänt uppåt under de tre senaste åren och det känns naturligt med tron att det är ungdomarna som svarar för ökningen.

När detta skrivs är inte sammanställning över inomhustävlingar klar men för tavla, jakt och fält har deltagandet minskat bland ungdomar.

Situationen blir således lite konstig:

- Antal ungdomar som medlemmar inom bågskytteklubbarna ökar.
- Antal medlemmar i åldersgrupperna över 16 år har minskat.
- Ungdomarna har minskat sitt tävlande.
- Totalt har vi ökat vårt tävlande de tre senaste åren.

Styrelsen har nu prioriterat fyra områden där vi verkställt ett intensifierat och förändrat arbetet:

Tävlingsronder och poänghandicap

Trots en positiv ökning de senaste två åren ligger vi ändå bara på en nivå lika med i mitten av 70-talet.

Vi måste mer aktivt arbeta för att få igång de nya tavelronderna, dvs 600-, och 900-poängsronderna.

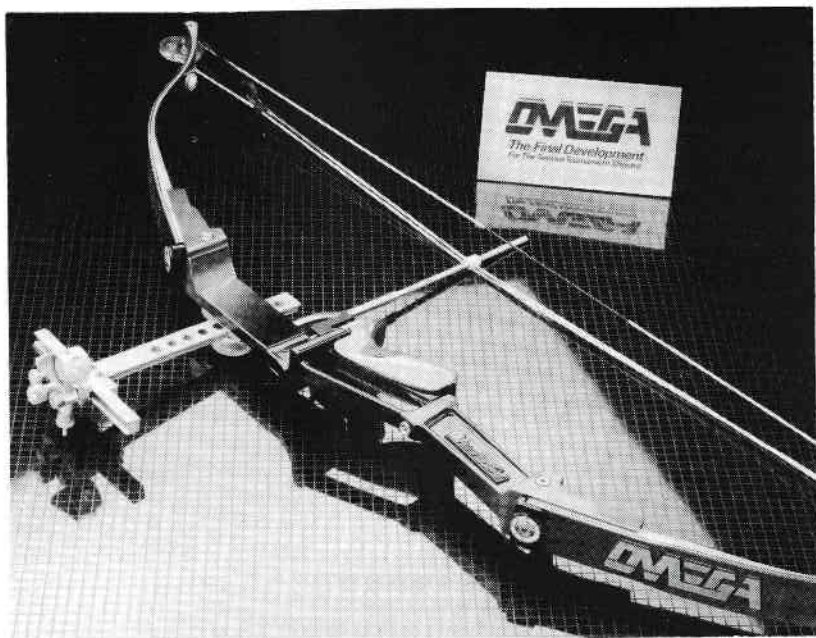
Mycket talar för att nuvarande FITA-rond omfattande 144 pilar och fyra avstånd

Forts sid 14.



Nu finns den
Om du vill ha det bästa!

**STOCKEN FRÄST ALUMINIUM
GREPPET TOROSIONSUPPHÄNGT
= ALLTID RÄTT GREPPSPOSITION
I ALLA LEDDER JUSTERBART TRIMBLOCK
VALFRITT KABELSYSTEM**



För mer information
ring din leverantör

LABO Import AB

Sweden

Alla dagar 054 - 53 31 10

Förbundsspalten



Framtiden för 10-klassen

Till 1992-års årsmöte hade styrelsen lagt 3 propositioner, nr 18, 19 och 20, vilka samtliga bifölls av årsmötet.

Prop. 18 omfattar införandet av C och CK för 13-klassen.

Prop. 19 innebär att 10-klassens alla grupper sammanförs till en klass.

Prop. 20 är en följdprop. om stipulationsmärken för klassen. Alla beslut som fattas vid ett årsmöte skall gälla från 1 jan. året efter, såvida inga andra tidsangivelser har ingått i förslagen. Så även dessa beslut. Däremot har styrelsen enats om att av praktiska skäl ge dispens till arrangörer under jan. och febr. -93. Detta har meddelats berörda arrangörer.

Under den förberedande konferensen före årsmötet, var det få delegater, som yttrade sig rörande de tre propositionerna.

Det verkade som om alla var eniga om den grundmening, som ligger i beslutet, nämligen att 10-klassen inte skall vara en tävlingsklass i likhet med de övriga klasserna. Årsmötet biföll propositionerna utan diskussion. Inte en votering eller förslag om bordläggning begärdes.

Beslutet för 10-klassen innebär inte att klassen är utestängd från alla former av tävlande. Tvärt om — vi hoppas att arrangörer nu är kreativa i sitt tänkande, för att göra deltagandet för 10-klassarna så roliga och stimulerande, att våra unga skyttar stannar kvar i vår sport.

Vi vet ju att många unga skyttar har börjat skjuta med compoundbåge. De har ju nu möjlighet att delta i gemenskapen. När de unga har kommit upp i sådan säkerhet och

Förbundskaptener ny benämning

Förbundsstyrelsen har utsett nya förbundskaptener för tavel- respektive fältskytte.

På taveln hade Tomas Johansson aviserat sin avgång pga ett mer tidskrävande civilt arbete.

Då Tomas gjort ett mycket gott arbete och samtidigt är önskad av våra landslagskyttar blev lösningen att Tomas stannar kvar på sitt uppdrag i och med att Mats Lundgren från Kristianstad går in som assisterande förbundskaptener.

På fältsidan gör en "gammal" kraft comeback. Det är Hans Johansson från Stockholm som tidigare varit både fältskytteledare och lagkapten som nu kommer åter.

Den noggranne läsaren märker att SBK nu kallar funktionen för Förbundskaptener istället för lagkapten. Från en organisation med delat ansvar mellan grenledare, lagkapten och rikstränare lägges nu hela landslagens utvecklingsansvar på förbundskaptenerna. Det är för att markera förändringen och för att använda samma benämning som de flesta andra idrotter förbundet gjort namnbytet.

Med utvecklingsansvar menas att uppnå bästa möjliga kvalitativa resultat med våra landslag, både juniorer och seniorer, genom att ansvara för dess planering, träning, träningsläger, ekonomi, uttagning och coaching.

mognad att de kan och vill börja tävla i klasssystemet, har de som tidigare möjlighet att gå upp i 13-klassens tävlingsklass.

Forts sid 16.

— Resultatbarometrar —

HF 18:

1. Magnus Pettersson, BK Göta Lejon	594	6.1
2. Göran Björndal, Lindome BK	586	6.1
3. Henrik Vängman, IF Karlsvik	577	24.10
4. Mattias Karlsson, Tranås BK	575	25.10
5. Jimmy Forsbäck, Stallarholmens BK	575	25.10
6. Mikael Larsson, Sandvikens BK	574	24.10
7. Per Nilsson, Satsrups GF	572	20.12
8. Stefan Nilsson, IF Karlsvik	571	4.9
Christian Josefsson, Skövde BK	571	29.11
10. Paul Köhler, BSK Nimrod	570	7.11
11. Staffan Johansson, Luleå BS	569	17.10
Jan Davidsson, Örebro BKF	569	25.10
13. Per-Johan Spång, BSK Hudik	568	6.1
14. Mats Persson, BSK Ange	566	4.9
15. Dennis Eriksson, BSK Hudik	565	24.10
16. Niklas Karlsson, Angereds BS	564	6.1
17. Cenneth Åhlund, Stallarholmens BK	563	25.10
Osten Botin, Varbergs BK	563	8.11
Patrik Andersson, Satsrups GF	563	22.12
20. Börje Jonbsson, Växjö AIS	562	29.11
21. Tommy Persson, Tranås BK	561	25.10
22. Glenn Linsjö, Trelleborgs BK	560	22.12
Niklas Westh, BK Mohican	559	25.10
Torbjörn Olsson, IF Ulvarna	559	22.11
25. Ola Jakobsen, Kiruna BK	558	17.10
26. Andreas Bengtsson, BSK Hudik	557	24.10
Kjell Persson, BSK Ange	557	24.10
Tom Berglund, Sundsvall/Ortv. BK	557	29.11
Roger Eriksson, Upplands/Väsby BK	557	22.11
Kenneth Grundblad, Stallarholmens BK	557	6.1
31. Håkan Andersson, Satsrups GF	556	29.11
32. Anders Forsell, BS Gothia	555	29.11
Jonas Höglund, BS Gothia	555	18.10
Fredrik Jansson, Nyköpings BK	555	6.1
Lennart Hed, BS Siljanspielen	555	6.1
36. Roland Vikström, Umeå BK	554	29.11
Anders Fern, BS Gothia	554	8.11
Lars Sundberg, IF Karlsvik	554	24.10
Per-Erik Karlsson, BSK Hudik	554	29.11
Robert Lindgren, Umeå BK	554	9.1
41. Morgan Andersson, Trollhättans BK	553	26.12
42. Roy Gustavsson, Tjörns BK	552	18.10
Daniel Karlström, Kiruna BK	552	17.10
Jonas Elenius, Kiruna BK	552	17.10
Leif Johnson, Växjö AIS	552	29.11

DF 18:

1. Jenny Sjöwall, Älvenäs BK	582	6.1
2. Kristina Persson, IF Karlsvik	573	24.10
3. Carina Henriksson, Stallarholmens BK	567	22.11
4. Liselott Andersson, BK Gripen	565	20.12
5. Christa Bäckman, Timrå AIF	564	24.10
6. Pethra Nilsson, Skogens IF	558	18.10
7. Karin Larsson, Sandvikens BK	556	4.9
8. Anna Fröding, Timrå AIF	546	4.9
9. Johanna Häggroth, Kiruna BK	545	7.11
10. Carina Jonsson, BSK Hudik	544	24.10
11. Ulrika Sjöwall, Älvenäs BK	542	25.10
Christina Nöjd, Kungsängens BK	542	6.1
13. Annika Nilsson, IF Karlsvik	541	29.11
Natalja Goukasian, BK Gripen	541	20.12
15. Yvonne Johnsson, Stallarholmens BK	538	22.11
16. Mona Jonsson, Sundsvall/Ortv. BK	532	4.9
17. Erika Larsson, Västerås BK	528	22.11
18. Ingrid Kihlander, BS Gråstorp	517	8.11
19. Ann-Britt Fransson, Härnö IF	514	29.11
20. Linda Fernström, Sundsvall/Ortv. BK	508	29.11

DF 40:

1. Mari-L. Lennartzon, Hammarö BSK	541	25.10
2. Elisabeth Båsk, IF Karlsvik	540	24.10
3. Gunnel Lindgren, Borås BS	507	26.12
4. Annika Kornerud, Kungsängens BK	490	22.11
5. Kerstin Skoglund, Söderhamns BS	487	24.10

HK 18:

1. Arne Blenroth, Lindome BK	546	8.11
2. Guy Lund, Trollhättans BK	540	18.10
3. Morgan Eriksson, BS Gothia	535	18.10
4. Erik Hjort, Sätters IF/BK	529	22.11
5. Leif Danielsson, Eskilstuna BS	527	22.11
6. Jean Svensson, Ronneby/Karlskrona	523	29.11
7. Jonas Skogsbergs, Sätters IF/BK	521	25.10
8. Arne Gunnarsson, Kungsängens BK	511	22.11
9. Micke Storränk, IF Ulvarna	509	22.11
10. Stefan Wengander, BS Kungsbacka	504	8.11
11. Martin Olofsson, BS Gothia	503	8.11
12. Per Edling, Kungsängens BK	498	25.10
13. Jan-Erik Karlsson, Valbodalems BK	490	25.10
14. Bernhard Ernst, BS Gothia	486	18.10
15. Reidar Rantatalo, Vänersborgs BK	483	26.12

DK 18:

1. Marianne Johansson, Angereds BS	493	6.1
2. Marie Palm, Angereds BS	485	6.1
3. Åsa Jonsson, Växjö AIS	479	20.12
4. Margareta Palm, Angereds BS	476	18.10
5. Catharina Digreus, IF Ulvarna	451	22.11
6. Gohldis Andersson, Angereds BS	443	18.10
Eva Nilsson, Korsnäs IF/BK	433	6.1
8. Judith Hansson, Lindome BK	426	18.10
9. Anette Revenhäll, Falkenbergs BK	423	18.10
Jessica Nyberg, Tjörns BK	423	18.10

HK 40:

1. Morgan Eriksson, BS Gothia	538	8.11
2. Stig Bergström, Nyköpings BK	524	22.11
3. Jan-Erik Lundin, Lindome BK	523	18.10
4. Anders Gustavsson, Lindome BK	493	18.10
5. Mikko Porvari, Västerås BK	493	22.11

HK 16:

1. Håkan Lundberg, BS Gråstorp	524	26.12
2. Erik Jonsson, Rembo IK	517	25.10
3. Jonas Persson, BS Gråstorp	502	18.10
4. Daniel Fredriksson, Sätters IF/BK	489	25.10
5. Sune Fredriksson, Rembo IK	489	22.11

HK 13:

1. Marcel Polan, Angereds BS	561	8.11
2. Magnus Tjäder, BK Dalpilen	529	22.11
3. Greger Hultkvist, BS Gråstorp	518	8.11
Andreas Petterson, Angereds BS	518	29.11
5. Daniel Hedberg, BK Dalpilen	515	22.11
6. Jonas Lindroth, BS Gothia	514	18.10
7. Benny Tenggren, BK Dalpilen	507	22.11
8. Daniel Johansson, Tjörns BK	505	26.12
9. Mats Rothstrand, Angereds BS	504	18.10
10. Andreas Holm, Rembo IK	490	22.11
11. Niclas Ardell, BK Vildkaninen	489	22.11
12. Daniel Fridenäs, IF Ulvarna	486	15.11
13. Mattias Gustavsson, Sätters IF/BK	484	25.10
Jens Eriksson, BS Gothia	484	29.11
15. Tommy Björndahl, BS Kungsbacka	483	18.10

DK 13:

1. Elin Andersson, Sätters IF/BK	517	15.11
2. Lisa Zetterman, BS Gråstorp	505	26.12
3. Jessica Thoresson, Tranås BK	500	6.1
4. Malin Karlsson, BK Fjädern	498	29.11
5. Lisa Zetterman, BS Gråstorp	467	6.1
6. Annica Andersson, Borås BS	465	8.11
7. Emilia Abelson, BS Gråstorp	460	26.12
8. Martina Bogdanov, BK Tellus	458	29.11
9. Tove Henriksson, Kungsängens BK	455	6.1
10. Petra Bylund, Angereds BS	450	29.11

— Resultatbarometrar —

HF 13:

1. Peter Karlsson, Järnvägens IF	586	15.11
2. Anders Jonasson, Helsingborgs BK	579	8.11
Anders Ottosson, BS Kil	579	29.11
4. Björn Jansson, Nyköpings BK	578	15.10
5. Per Sundell, Skövde BK	576	18.10
Marcus Hellström, Nyköpings BK	576	9.1
7. Mikael Spetz, Angereds BS	575	9.1
8. Anders Andersson, Älvenäs BK	574	29.11
9. Anders Carlsson, Trelleborgs BK	573	8.11
Peter Tedellind, Kiruna BK	573	9.1
11. David Norrvi, Upplands/Väsby BK	572	9.1
12. Glenn Karlsson, Varbergs BK	571	8.11
13. Tomas Eberger, Remse UIF	570	29.11
Reine Lantz, Kumla BK	570	9.1
Johnny Ekeflo, Tranås BK	568	29.11
16. Jon Stenberg, IF Karlsvik	567	24.10
17. Lars Berglund, Sundsvall/Ortv. BK	567	24.10
18. Christian Skånhed, Trelleborgs BK	565	8.11
19. Mattias Hultgren, Sundsvall/Ortv. BK	562	4.9
20. Erik Johansson, Kiruna BK	559	17.10
21. Peter Strand, Helsingborgs BK	556	20.12
Pontus Sundqvist, Nyköpings BK	556	9.1
Andreas Ottosson, BS Kil	556	9.1
24. Christian Bäck, Tranås BK	555	25.10
Björn Hasslöf, BS Gråstorp	555	18.10
26. Marcus Nilsson, Skurups BK	551	22.12
27. Klas Abrahamsson, Valbodalems BK	539	29.11
28. Martin Blenroth, Lindome BK	538	18.10
29. Martin Hellström, Umeå BK	536	9.1
30. Tobias Virolainen, Järnvägens IF	532	22.11

HC 18:

1. Morgan Lundin, Lindome BK	593	18.10
2. Anders Rydén, BK Göta Lejon	592	18.10
3. Mats Palmér, Lindome BK	587	18.10
Kjell Eriksson, Linköpings BK	587	22.11
5. Ivan Sörensen, BS Gråstorp	585	29.11
6. Ulf Persson, BK Gripen	584	18.10
7. Lennart Andersson, BK Gripen	581	18.10
Johnny Englin, BK Mohican	581	22.11
Glenn Strandgård, Borås BS	581	29.11
Björn Haglund, BK Snapphanen	581	20.12
11. Fredrik Lindblad, BK Gripen	580	22.11
12. Mehrdad Hosseini, Skellefteå BK	578	9.1
13. Pär Hammar, Borås BS	577	22.11
14. Michael Fasth, Rejmyre BK	576	22.11
15. Soini Väiltalo, BK Snapphanen	574	20.12
16. Peder Ekeflo, Tranås BK	573	20.12
17. Björn Jansson, Linköpings BK	571	22.12
Joakim Strömberg, Linköpings BK	571	20.12
19. Emilian Filip, Dackes BS	569	29.11
20. Pierre Nilsson, Skogens IF	568	20.12
Stefan Karlsson, Älvenäs BK	568	8.11
Bengt Viklund, BS Gråstorp	568	18.10
Sören Hejell, BK Göta Lejon	568	18.10
24. Stefan Ström, BSK Järven	567	22.11
Christer Paulsson, Hälsleholms BK	567	29.11
Brage Gudmundsson, Angereds BS	567	29.11
27. Jari Hjerpe, BSK Järven	566	22.11
28. Claes Palm, Angereds BS	565	18.10
Yngve Södergren, BK Snapphanen	565	29.11
30. Christer Olsson, Dackes BSK	564	20.12
Mats Nordlander, IF Karlsvik	564	29.11
32. Håkan Zetterström, Stuguns BK	561	4.9
33. Gilvard Norlin, BS Kil	560	8.11
34. Svante Källström, Karlstads BK	557	8.11
Sven Andersson, Lindome BK	557	8.11
Martin Pettersson, BS Gråstorp	557	18.10
Ted Svensson, Luleå BS	557	9.1
38. Leif Malm, BS Kil	556	8.11
Jarmo Hjerpe, BSK Järven	556	22.11
Mika Kalkkäjä, Östersunds BK	556	29.11
Hannu Kempainen, BS Gothia	556	8.11

HC 16:

1. Marco Petralia, Valbodalems BK	573	29.11
2. Mattias Boström, Karlstads BK	552	22.11
3. Christian Ehn, BSK Järven	537	22.11
4. Mattias Ling, Stuguns BK	444	4.9
5. Rickard Sundgren, Stuguns BK	424	29.11

DC 18:

1. Eva Wiklund, BS Gråstorp	567	26.12
2. Helena Nilsson, Borås BS	562	29.11
3. Britta Eriksson, Karlstads BK	553	8.11
Marie Palm, Angereds BS	553	8.11
5. Eva Olsson, BSK Järven	546	29.11
6. Christa Bäckman, Timrå AIF	535	29.11
7. Susanne Eriksson, Borås BS	529	29.11
8. Annette Hedin, Karlstads BK	523	8.11
9. Ingela Viklund, BS Gråstorp	516	26.12
10. Kristina Hedberg, BK Gripen	502	18.10

HC 18:

1. Bengt Zetterström, Stuguns BK	488	4.9
2. Lars Nordin, Frösö CPK	479	4.9
3. Jan-Erik Karlsson, Valbodalems BK	467	26.12
4. Peter Dahlin, Frösö CPK	457	4.9
5. Järker Åkerman, Sigtuna BS	446	

Sammanträden

VÄSTERGÖTLANDS BÄGSKYTTEFÖRBUND

kallar till
ÅRSMÖTE
lördagen den 27 februari kl. 15.00 i Skövde.
Separat kallelse till berörda föreningar.

SKÅNES BÄGSKYTTEFÖRBUND

kallar till
ÅRSMÖTE
tisdagen den 23 februari 1993 kl. 19.00
i Bågskytteklubban i Hälsleholm.
Separat kallelse till berörda klubbar.

BOW PRO

Några nyheter för 1993:

Pearsonbåge med CNC, fräst stock, 41" lång

Ring för information

Kommer i april

Nu kan Du få ditt Toxonicssikte i vilka av nedanstående modeller och färger Du önskar:

1500	rött
3000	blått
3500	lila
Nyhet 1300 PRO	guld
1300	silver
	svart

Börja det nya året med en vinnarbåge:

Inomhus SM -92 HC 18

- 1a Pearson AT Classic
- 2a Browning Pro 300
- 3a Pearson AT Classic
- 4a Pearson AT Classic
- 5a Pearson AT Classic

Nordiska Mästerskapen -92 HC 18

- 2a Pearson AT Classic

Fält VM -92 HC 18

- 1a Pearson Pro Classic

Fält SM -92 HC 18

- 1a Pearson Flame
- 2a Pearson Flame
- 3a Pearson Flame

Jakt SM -92 HC 18

- 1a Pearson Flame
- 2a Browning Mirage
- 3a Pearson PRO Classic

Jakt SM -92 DC 18

- 1a Pearson Flame

VM test -93 HC 18 25 m

- 1a Pearson PRO Classic
- 3a Pearson PRO Classic

040/465035



Mental träning X

Av LEIF JANSON

Under 1992 har i Bågskytten publicerats nio artiklar om mentala träningsgrunder. Du som saknar dessa kan lätt skaffa dem genom att beställa 1992 års upplaga av Bågskytten.

De nio artiklarna är en grund för att den mentala träning du själv eller tillsammans med tränare eller kamrat skall lägga upp. Det är därför bra att ha en god uppfattning om vad man skall tänka på från grunden.

När man skall sätta igång att träna mentalt är det viktigt att ta med alla faktorer från grunden. Idrotten har dåliga erfarenheter av mental träning som lärts ut på ett alltför förenklat sätt. Man har helt enkelt hoppat över grunderna och inriktat utbildningen och instruktionerna på toppprestationerna.

Problemet har varit att många haft en lång bit dit och de pusselbitar som fattats har aldrig nämnts i instruktionerna. De allra bästa utövarna har på ett naturligt sätt redan haft förmågan och kunskaperna, även om de många gånger varit omedvetna. Det som är naturligt för dem kan ha varit i fullständig avsaknad hos andra.

Vanligt misstag

Bågskytte är en sådan sport där man kan relativt snabbt bli bra, och det är ju trevligt. Men alltför många av de s. k. runners up tror att de nu kan skjuta båge. Det är ett vanligt och stort misstag i vår sport. Man har en relativt lätt väg upp och har på så vis inte fått prova på svårigheter som kan komma senare. Här gäller för kamrater och tränare att stimulera till självstudier och resonera utan att för den skull skrämmas om guldkräck etc. En lagom insikt skall ge

grunden för den ödmjukhet man måste ha med som god bågskytt.

Problemen kan komma när man minst anar och det är ju bra att redan från början ha goda relationer med sina närmaste träningskamrater. Hjälpen är nära och kan ges i tid innan det riktiga raset kommer. Tyvärr är det också så att många aldrig tar tag i come backen på rätt sätt och därför slutar eller aldrig lyckas ta sig upp igen.

Tänk rätt

Vid åtskilliga tillfällen har jag erfarit att de bästa tänker på ett rätt sätt. För dem är det inte frågan om mental träning, för dem är det så man skall göra för att det skall gå bra.

Vid årets första träningsläger för OS-96 kandidaterna intervjuade jag deltagarna om bl. a. deras mentala träning. Magnus Pettersson, som ju efter lägret sköt inofficiellt världsrekord, menade att han inte körde särskild mental träning. Men när jag frågade honom hur han tänker och ställer in sig inför en tävling, svarade han:

— Jag stänger ute allt i omgivningen, det spelar ingen roll vad som händer utanför det jag skall göra.

— Vad brukar Du göra om Du blir nervös?

— Inför SM-finalen i Halmstad blev väntan en pina, jag ville snacka med pappa, men han var upptagen. Då kände jag att jag måste upp och gå och röra på mig. Det kändes inte bra att sitta stilla.

De "metoder" som Magnus använder är ju just det vi försöker lära ut inom mentala träningen. Dels den svåra konsten att skärma av sig från yttervärlden, göra sitt eget

Recurvepaket

	Paketpris	Bara Båge
Progress-I	2995:-	2595:-
Progress-II	3995:-	3095:-
Mind-10	2395:-	1290:-

I paketen ingår:

Fast Flitesträng (Dacron Mind-10)
Pilhylla, plunger och klicker
Långstabbe LABO
Sikte LABO Target m. micro
V-Bar Champion

Du sparar **minst 15%** när du köper ett av våra paket +10% extra rabatt på allt du köper samtidigt med paketköpet!

Vi tar alla kontokort

LABO Import AB
Sweden

Öppet alla dagar 09.00 - 22.00

Tel. 054 - 53 31 10

Fax. 054 - 53 03 12



jobb. Dels att göra en fysisk aktivitet om man känner sig nervös. De som saknar förmåga och kunskaper i dessa situationer och liknande kan avsevärt förbättra sin tävlingsförmåga genom mental träning.

Tidigare artiklar har handlat om följande:
I: *Grunden* — tänka på ett visst sätt och inledning till socialpsykologin (vi som grupp- varelse).

II: *Gruppen* fortsättning med bl. a. lagandan, relationer och stöd.

III: *Individen* värme, mat och jaget samt det att vi egentligen vill "kontrollera" allt.

IV: *Tävlingskänslan*, lagom tändning, uppladdning och olika faktorer som kan påverka vårt beteende.

V: *Självförtroende* självbild, visioner och utveckling.

VI och VII: *Koncentration* samspelet mellan vänster och höger hjärnhalva.

VIII: *Filosofi* hur skall jag skapa en egen bild av mitt bågskytte.

IX: *Stress* hur skall vi klara den?

Helheten

Den mentala träningen handlar om *helheten* hela kroppen inklusive insidan av huvudet skall vara med i träningen, både när det gäller den vanliga skjutträningen, fysträningen (många av våra bästa skyttar tränar helst mentalt när de springer) och i den mentala träning du kör hemma i kökssoffan eller i bussen på väg till jobbet.

Problemet med mentala träningen, om man tränar den isolerat blir, att den också blir särskild. Meningen är att den skall vara med ständigt och ingå som en del i ordinarie träningen. Annars är det lätt att den mentala träningen också hänger utanför i tävlings-situationen, där jag behöver den. I tävlingssituationen blir man litet annorlunda, det gör inget, ofta är det bara en bra förändring, man är beredd att göra sitt bästa.

Spänning i muskulaturen

Jag har nämnt om det tidigare, men vill ytterligare poängtera vad som händer och

hur man med enkla medel kan förändra till det bättre. Om jag spänner mig avsiktligt eller intränat (dålig teknik) eller får en anspänning därför att det är en tävling på gång. Det som händer negativt är, att man får en allt sämre känsla för det som skall utföras. Anspänningen är ju egentligen en ökad elektrisk aktivitet i nerv- och muskel-systemet.

Denna oönskade aktivering *stör* signalsystemet i kroppen. Såväl de nerver som skall informera vad som händer utifrån (t. ex. känslan i greppet och av strängen), de afferenta nerverna, som de som skall utföra jobbet, se till att rätt delar av musklerna är med, kallas efferenta nerverna. (De kallas också för de motoriska neuronerna).

Det skall vara en elektrisk aktivitet, men bara så stor som krävs för att ge impulser till de delar av muskeln som skall vara inkopplade i din effektiva teknik. All annan aktivering eller spänning *stör* finmotoriken, din inövade skjutteknik.

Anspänningen eller den elektriska aktiviteten som är "överflödigt" gör, som du förstår, att tekniken blir fumlig och varierande. Därför att du har svårt att känna i kroppen hur du skall göra.

Den ökade aktiviteten lägger sig som ett störande filter för signalsystemet. Den signal som vid avspänning skulle ha gett dig en adekvat information eller rörelse har "störts" på grund av det *störande filtret*. Se bild 1 och 2!

Avspänd

Det är alltså av yttersta vikt att man lär sig en avspänd teknik, och lär sig avspännings-teknik.

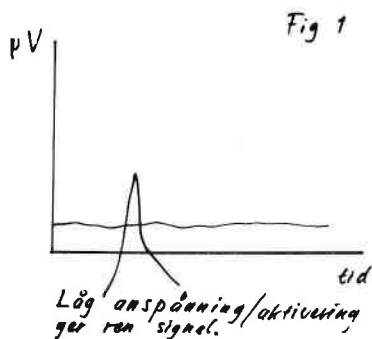
Problemet med avspänning anspänning är att vi har en subjektiv uppfattning om vilken grundspänning vi har. Om jag har tio personer som skall starta med avslappningsträning, kommer alla att nå sin egen nivå. Vi har olika referenser och vi har olika förmåga att känna i kroppen vad som händer.

Det är således ett problem att vi normalt saknar mätinstrument för att se var vi befinner oss i avspänningen. Men om man har klart för sig att även de allra bästa måste ständigt jobba med just dessa problem, så kan vi känna oss i gott sällskap. Vi måste öva och öva om och om igen för att lära känna vår kropp.

Det lönar sig att jobba med avspänning och notering av känsla. En del har naturligt goda uppfattningar om sin avspänning eller känsla. Men jag har ständigt problem med denna typen av frågeställningar vid landslagsläger.

Slappna av

En vanlig situation är att man i träning träffar en skytt som man ser, och framför allt känner, har en anspänd axel eller dragarm. Skytten har ingen aning om att han/hon har en spänning. Om jag nu ber vederbörande slappna av i axeln, tappas trygghetskänslan och han/hon känner sig ostabil.



Nu kommer problemet att övertyga skytten om att det handlar om en teknikutveckling. Det kan vara svårt att på ett pedagogiskt riktigt sätt förklara varför och vad som händer när man slappnar av.

Man skulle kunna uttrycka sig enligt följande:

— Du ligger rätt i bågarmsaxeln, men där har du en anspänning som många har. Med

Första 2000-iaden i Ludvika 19—24 juni

Under tiden 19—24 juni 1993 kommer det att arrangeras ett Idrottsläger för ett stort antal idrotter. Bland annat vår idrott, bågskytte.

Lägerplatsen är Säfsen, Dalarna.

Under lägret kommer en 2000-iaden tävling att arrangeras den 23 juni i Ludvika. Tävlingsformen blir 30 pilar på 40 och 20 m., 122 cm tapet, men tävlingen i sig är inte det viktigaste. Största betydelsen är att ungdomar från hela landet får möta varandra och andra idrotters ungdomar.

Lägret är planerat för åldrarna 12—15 år, alla 3 stilarna.

Samordnare för detta läger är Pool-2000 i samarbete med Ludvika kommun. Kostnaden för helpension under veckan

är 1.250:—. Dessutom tillkommer en avgift på 100:— som inkluderar inträde till de arrangemang som kommer att ordnas under veckan. Ex. cirkus, disco m. m. Lägertröja ingår också i 100-lappen.

Kostnader för ledare under lägret betalas av Svenska Bågskytteförbundet.

Vi hoppas att föreningar och distrikt börjar planera för att så många som möjligt får tillträde att delta i denna aktivitet.

Till föreningarna har det sänts ut en intresseanmälan som vi måste få in till angiven tid. Detta för att få underlag för vidare planering.

Välkomna!

Ungdomsverksamheten



WA - FENOR

WA's Fenor är beräknade att användas på bla. kolfiberskaft. Dessa fjädrar har efter utprovning med höghastighetskamera visat sig ge utomordentliga egenskaper såsom:

- * Snabb uppriktning efter det att pilen släppt kontakten med plungern.
- * Hårda för att stabilisera upp snabbare
- * Extremt lätta, då speciellt WA Carbon

* Alla fenor är exakt lika betr. form och styvhet

>> "WA Classic Vanes" finns i följande färger: Fluo orange, Röd, Grön, Gul, Rosa, Blå, Svart och Vit.

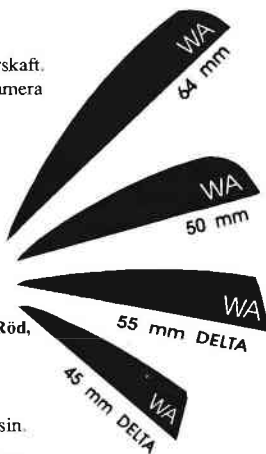
>> "WA Carbon" endast Ljusgrå

Pris för alla WA-fenor är: 24 kr / dussin.

OBS!!! Nu har vi utökat vårt sortiment med bl a EASTON's Stabset. Ring för ytterligare upplysningar.

Tel: 0500 - 47 11 36, 48 17 23

Aukt. återförsäljare av: **ATLETIC**

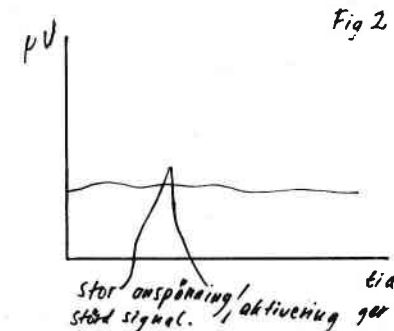


en anspänning, var den än finns i kroppen, är det svårt att känna att du gör lika gång på gång.

Vi har ju så fina motoriska system att vi skall utnyttja kroppens kapacitet. Du har med anspänning svårare att känna var du ligger. Dessutom är det större risk att muskulaturen tröttnas i en lång tävling. Axelspänningen gör också att när strängen släpps, släpper också spänningen i bågarmsmuskulaturen. Eftersom pilen accelererar relativt långsamt hinner en sådan teknik med spänd axel att påverka skotten negativt.

Det stora problemet är att skyttarna knappast har en aning om att de har en förhöjd anspänning. Målet skall vara att man med så liten muskelinsats som möjligt skall spänna sin båge. Det kan vara svårt att öva in en mer avspänd teknik med sin egen båge. Men det går ju att låna en svagare båge eller ett par svagare lemmar.

Om man skall anses ha rätt bågstyrka skall man kunna hålla bågen spänd under en minut (det är tillåtet att darra naturligtvis). Gör man det utnyttjar man ca 50 % av maxstyrkan i berörda muskler. Det är ok. Men klarar man mindre än en minut ligger man och arbetar inom ett område som ger skador i längden och naturligtvis en sämre teknik än man borde kunna ha.



Forts fr sid 3.

försvinner redan vid årets internationella FITA-kongress.

Inom jaktskyttet måste vi bestämma hur vi ska ha det med antal hjärtringar, antal skjutplatser per mål, avstånd, poängräkning osv. Målet är att vi kan enas om en gemensam jaktrond inom Norden. Poänghandicapsystemet skall under året testas och utvärderas.

Eftersom tävlingsdeltagandet minskar bland ungdomar måste vi klarsynt ställa oss frågor som: Har dagens yngre generation andra krav eller önskemål på tävlingsronderna än vad vi äldre ledare tror?

Landslagsutveckling

Vi är ett relativt litet förbund men skall ändå satsa brett på totalt fyra olika internationella grenmästerskap. Vi menar då ungdom, tavl, fält och inomhus.

Styrelsen har preciserat ansvarsgränser, försökt få fram nya impulser samt börjat satsa på nästa generation av ledare. Vi inför därför funktionen Förbundskapten inom bågskytteförbundet och ger den personen ansvar för landslagens planering, träning, träningsläger, ekonomi, uttagning och coaching.

För att inte "tappa mark" och ge dem som finns närmast under landslagsnivån bästa möjligheter skall Bågskyttegymnasiet och våra tre landsdelsgupper, Norrland, Svealand och Götaland, ges goda resurser.

Tränarrekrutering

Tränarutbildningen skall utvecklas. Utbildningsledaren tar fram en ny version av vad vi tidigare kallade, instruktörskurs steg 1, och verkar för att den börjar användas inom distrikt och föreningar.

Rikstränaren ansvarar för att befintliga SBF-tränare får erforderlig vidareutbildning samt att det kommer fram nya. Sannolikt

kommer detta att ske mer regionalt istället för tidigare centrala kurser och läger.

Förbundsstöd

Vi lever i ett mycket föränderligt samhälle där föreningens roll för den enskilda människan sannolikt kommer att öka. I detta sammanhang blir det allt viktigare med ett ökat förbundsstöd där arbetet skall ske utifrån begreppet, Föreningen i centrum.

Vi vet att vi har en alldeles för hög medlemsomsättning, dvs man kommer, man provar och man försvinner. Alltför få stannar kvar. Verksamhetsplanen kommer att utvecklas och vara den "röda tråden" i detta arbetet.

Nu har jag åter kommit till den inledande frågan om vilken händelse som blir viktigast. För den enskilde landslagsskytten är det naturligtvis någon eller några tävlingar men för svenskt bågskytte är det mycket och då i första hand de fyra ovanstående områden som har och kommer att prioriteras av styrelsen.

Inget har nämnts om ekonomi? Vår ekonomiska situation är pressad men samtidigt balanserad med bra kontroll över verksamheten vilket i sin tur kanske är något man får vara nöjd med i dagens samhällsutveckling.

Det finns således framtidsfrågor men glöm inte att det samtidigt är detsamma som enorma möjligheter.

God kontroll och synliga möjligheter är en bra ledstjärna. Förbundsstyrelsen ser ljus på framtiden!

Avslutningsvis vill jag önska alla ledare som dagligen arbetar inom våra klubbar ett stort lycka till. Det är genom i första hand dessa ideellt arbetande ledare vi har ett "sug" och en positiv anda inom bågskytte-sporten.

Berryl Arvehell
förbundsordförande



Nya världsrekord och OS medaljer med BEMAN DIVA "S"-pilar i Barcelona.

FITA 70 m 338 p. FITA 50 m 338 p.
FITA 70+60+50+30 1375 p.

OS-Guld damer, Cho Youn Jeong, Korea
OS-Silver dam och herr, Korea
OS-lag: damer- Guld (Korea), brons (Eun)
Herrar - Silver (Fin)



proffspilar för recurve och compoundskyttar

DIVA "S"

Den ledande kolfiberpilen med extrem raket och tillverkad med ytterst snäva toleranser som ger imponerande precision och stabilitet.

Lösa skaft i 10 olika spine: 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 Nyhet-92! 23 och 24 spine

Övriga kolfiberpilar i BEMAN sortimentet:

BEMAN The Standard

Färdig pil i fullängd mednock, fenor, lös spets inkl. lim.
En tränings och tävlingspil i kvalitet strax under DIVA "S".
7 spinevarianter: 15/25, 25/35, 40/50, 45/55, 50/60, 55/65, 60/70.

BEMAN Club

Helt färdig pil i tre varianter. Extra Light 27".
Light 29", Strong 31". Ekonomiska och slitstarka pilar för nybörjare och klubbar.



"Ett strå vassare"

LABO Import AB
Sweden



Forts fr sid 5.

I alla idrotter försöker man finna lämpliga aktivitetsformer för sina yngsta deltagare. Vi läser oss alltför lätt i gamla invanda och dessutom bekväma former. Vi har svårt att tänka utanför "ramarna". Här är några förslag på nya former:

Ex 1. Lagtävling, där alla resultat från en klubb slås samman och delas med antalet deltagare, snittpoäng. Där blir det klubbens resultat som blir avgörande.

Ex 2. Minsta differenser mellan två ronder.

Ex 3. 3-mannalag med en av varje stilart.

Ex 4. 3 pilar/serie och lag $\times 10 \times 2$.

a. I lag med 2 skyttar — skytt A 2 pilar, skytt B 1 pil. Nästa serie växlas ordningen.

b. I lag med 3 skyttar. 1 pil/skytt.

Klubb med fler än 2 eller 3 skyttar ställer upp med flera nominerade lag. 1 protokoll/lag föres.

De föreslagna exemplen kan tillämpas för inomhusskyttet. Helt givet finns det många andra förslag. Det är upp till oss vuxna att ta ansvar för att idrott för våra yngsta skall vara en rolig lek under ordnade former, samt att skapa gemenskap och trivsel inom sporten.

För SBF:s ungdomsverksamhet/
Barbro Lundqvist

• Till salu •

HOYT GOLD MEDALIST

Vänsterbåge, TD 4 Carbon plus 68", 38 lbs, Carbonast X2 långstabbe, Champion v-bar, Killian 9000 och väska. 1 år gammal. Pris 3.500:—.

Tel. 013-17 99 17

Ideella insatser gav Skövde BK modern hall



Nu behöver inte längre bågskyttarna i Skövde stiga ned i gropan för att träna inomhusskytte!

Det kunde klubbens medlemmar konstatera i samband med att man för ett par månader sedan invigde sin nya träningshall. En anläggning som byggts med stora ideella insatser och som förverkligat en gammal dröm.

Efter att under hela sin tid ha fått bedriva sin inomhusträning under spartanska förhållanden har man nu fått en enda samlingspunkt, Claesborg, för sin verksamhet och borta är den tiden då man fick stiga ned i en grop i Västerhöjdsskolans G-byggnad för att inte bågens överlem skulle slå i taket.

Skövde BK, som bildades 1941, har under årens lopp haft stora framgångar såväl tävlingsmässigt som när det gäller att arrangera tävlingar, inte minst en rad SM.

Vad man saknat har dock varit ordentliga träningsmöjligheter inomhus, men nu har man dessa i den nya hallen som håller måtten 26 gånger 12 meter.

TILLFÄLLE — Reservlemmar

Lagerrensning på Hoyt T/D2 och T/D 3

Halva priset!! 29 lbs — 47 lbs

BÅGAR & PILAR

Bågskyttepecialisten AB

Triewaldsgränd 3 • 111 29 STOCKHOLM
Telefon: 08-21 91 68 Telefax: 08-99 96 20



— Att vi nu fått en egen träningshall kommer att betyda mycket för vår verksamhet. Vi kan disponera denna helt efter egna intressen och har därmed möjligheter att verkligen organisera vår nybörjarverksamhet, säger en av initiativtagarna och föreningens ordförande Karl-Erik Rogerlind. Det var 1989 som planerna på en egen inomhushall började ta form i klubben.

— Vi fick då tillstånd att riva en barack på T 2, där vi tidigare haft vår inomhusträning under en period, och virket fick vi behålla. Det värderades till 300.000 kr och vi lade ned 1.600 arbetstimmar på rivningen. Ytterligare virke fick vi till den nya hallen genom att avverka den skog som fanns på den mark där byggnaden skulle stå. Dessutom har vi finansierat det hela med ett kommunalt bidragslån på 150.000 kr, säger Karl-Erik Rogerlind.

Men, betonar han, utan de stora ideella insatserna av klubbens medlemmar och sponsorer hade aldrig den här drömmen kunnat förverkligas. Det är ett otroligt fint arbete som mina kamrater ställt upp med och jag räknar med att vi lagt ned totalt 4.500 arbetstimmar på hallen.

Det finns all anledning för Skövde-skyttarna att vara stolta över det arbete man gjort. Totalt är hallen värderad till en knapp miljon kronor och 15 skyttar kan träna samtidigt i den. Med den nya hallen vid Claesborg, som byggts ihop med den tidigare klubbstugan, inrymmer också cafeteria, omklädningsrum och toaletter och nu har man allt på en plats, tavelsskyttebanan och en jakt- och fältslingla fanns ju tidigare.

Invigningen av hallen blev en festlighet med pompa och ståt där SBF-ordföranden Berryl Arvehell var närvarande liksom Västergötlands IF:s ordförande Solvig Sundquist och kommunens kultur- och fritidschef Håkan Elwér. Det var f. ö. de två senare som sköt de symboliska invigningspilarna och så var det mat och slutligen dans.

Bågskytten gratulerar Skövde BK och dess medlemmar till den nya hallen.

Jubileumspris för ungdomar i Umeå-tävlan

Till minne av Umeå Bågskytteklubb 30-årsjubileum hade Barbro Lundqvist satt upp ett vandringspris för klubbens ungdomar. Då målet var att alla skulle tävla på lika villkor hade Barbro konstruerat en specialrond. Denna var att alla sköt 2×24 pilar på 15 meters avstånd, men hade olika tavelstorlek beroende på ålder och skicklighet. Knattar och yngre juniorer nybörjare sköt på 122 cm tapet, yngre juniorer och juniorer nybörjare sköt på 80 cm tapet och juniorer sköt på 40 cm tapet. Den som sköt det högsta resultatet blev Daniel Lindberg (HF 13) som sköt 463 p. av 480 möjliga.

Övriga resultat:

DK 10: Linnea Wallgren, 364, Josefin Wallgren, 306, Emma Engberg, 280.

HK 10: Johan Brändström, 441, Axel Hellström, 412, Alexander Rathnow, 378.

Nyb HF 13: Anders Engberg, 325, Patrik Johansson, 315.

DF 13: Ida Hellström, 443, Ingrid Lundqvist, 413.

HF 13: Daniel Lindberg, 463, Anders Högdahl, 460, Martin Hellström, 453.

HF, HK 16: Mikael Lindberg, 446, Jonas Hedman, 290.

• Till salu •

YAMAHA EX

37 lbs, 70". Kompl. m. V-bar, AGF-sikte, koger, låda m. m. 4.500:—.

Tel. 0920-112 46

Inga överraskningar i fältskyttets ranking

Svenska Bågskytteförbundets jakt- och fältskytteledning har presenterat sin rankinglista över landets skyttar.

Denna bjuder väl inte på några direkta överraskningar, men har i en del klasser säkerligen varit en grannlaga uppgift.

Att "Årets bågskytt" Morgan Lundin skulle toppa herrarnas compoundklass var väl egentligen självskrivet och i damklassen, som ännu är något "tunn" intar Ylva Haglund förstaplatsen.

I de båda fristilsklasserna har det säkerligen varit lite mera huvudbry men

Så här ser rankinglistorna ut:

Herrar Compound:

Morgan Lundin, Lindome BK
Björn Haglund, BK Snapphanen
Ulf Persson, BK Gripen
Peder Ekeflo, Tranås BK
Fredrik Lindblad, BK Gripen
Mikael Fasth, Rejmyre BK
Bengt Wiklund, BS Grästorp
Anders Rydén, BK Göta Lejon
Soini Väitalo, BK Snapphanen
Joakim Strömberg, Linköpings BK

Herrar Klassiskt:

Anders Rosenberg, Lindome BK
Mats Palmér, Lindome BK
Sven Andersson, Lindome BK
Mattias Fallgren, Lindome BK
L.-G. Swensson, BK Pantern
Per Edling, Kungsängens BK
Staffan Andersson, Stallarholmens BK
Erik Hjort, Sätters IF
Mats Fransson
Peter Rasmusson

Damer Klassiskt:

Marie Palm, Angereds BS
Åsa Johnsson, Växjö AIF
Katarina Elfström, BK Pantern
Kristina Yourstone, Kalmar BS
Anita Schaller, Lindome BK
Carina Lilja, BK Pantern

trion i toppen i herrklassen var den väntade. I damklassen har Carina Henriks-son under året svarat för en del fina prestationer och hennes andraplats efter Jenny Sjöwall var också den väntad.

I den klassiska stilen har Mats Palmér — landets allroundskytt nummer ett — fått lämna förstaplatsen till Anders Rosenberg efter dennes senaste VM-titel och i damklassen torde det väl ha varit "lot-ten" som fick avgöra vem av de två i toppen som hamnade först. Åsa Johnsson har ju kommit mycket starkt under 1992.

Herrar Fristil:

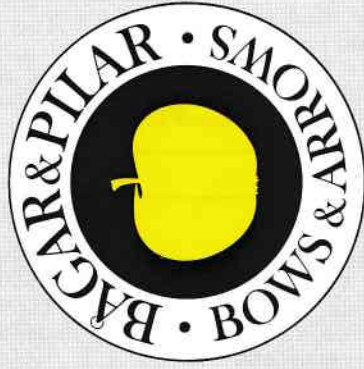
Göran Bjerendal, Lindome BK
Leif Johnsson, Växjö AIS
Håkan Rönndahl, Ronneby/Ka BS
Jimmy Forsbäck, Stallarholmens BK
Cenneth Åhlund, Stallarholmens BK
Torbjörn Olsson, IF Ulvarna
Roland Henriksson, Stallarholmens BK
Stefan Johnsson, Stallarholmens BK
Lennart Heed, BK Siljanspilen
Magnus Pettersson, BK Göta Lejon

Damer Fristil:

Jenny Sjöwall, Älvenäs BK
Carina Henriksson, Stallarholmens BK
Ulrika Sjöwall, Älvenäs BK
Susanne Lundgren, Timrå AIF
Yvonne Johnsson, Stallarholmens BK
Liselott Andersson, BK Gripen
Ingrid Kihlander, BS Grästorp
Petra Nilsson, Skogens IF
Lotti Djerf, Lindome BK
Marie Lundgren, Älvenäs BK

Damer Compound:

Ylva Haglund, BK Snapphanen
Eva Wiklund, BS Grästorp
Birgitta Lundgren, Älvenäs BK
Britta Eriksson, Karlstads BK
Eva Olsson, BSK Järven



Tillbaka till den ursprungliga Bågen!

BORDER Victorian 72"

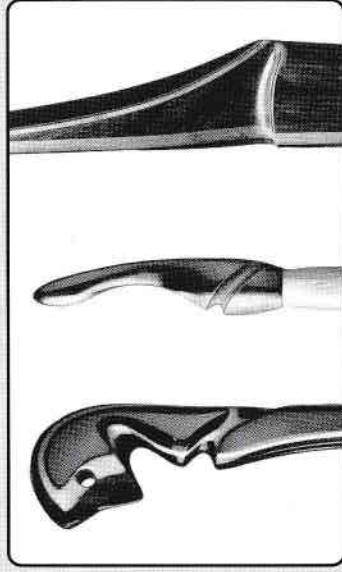
Traditionell engelsk långbåge tillverkad av lemonwood och bergslönn. Transparent Björn Power-Glass på dragstidan. Skiktlimmade nockändar av lönn och jakaranda. Utsökt Hantverk! **Pris 4.260:—**

Engelsk långbåge Albion 72"

Denna båge är tillverkad av laminerad hickory med bågtoppar i horn. En mycket prisvärd båge! **Pris 2.065:—**

BORDER "Flatbow" 68"

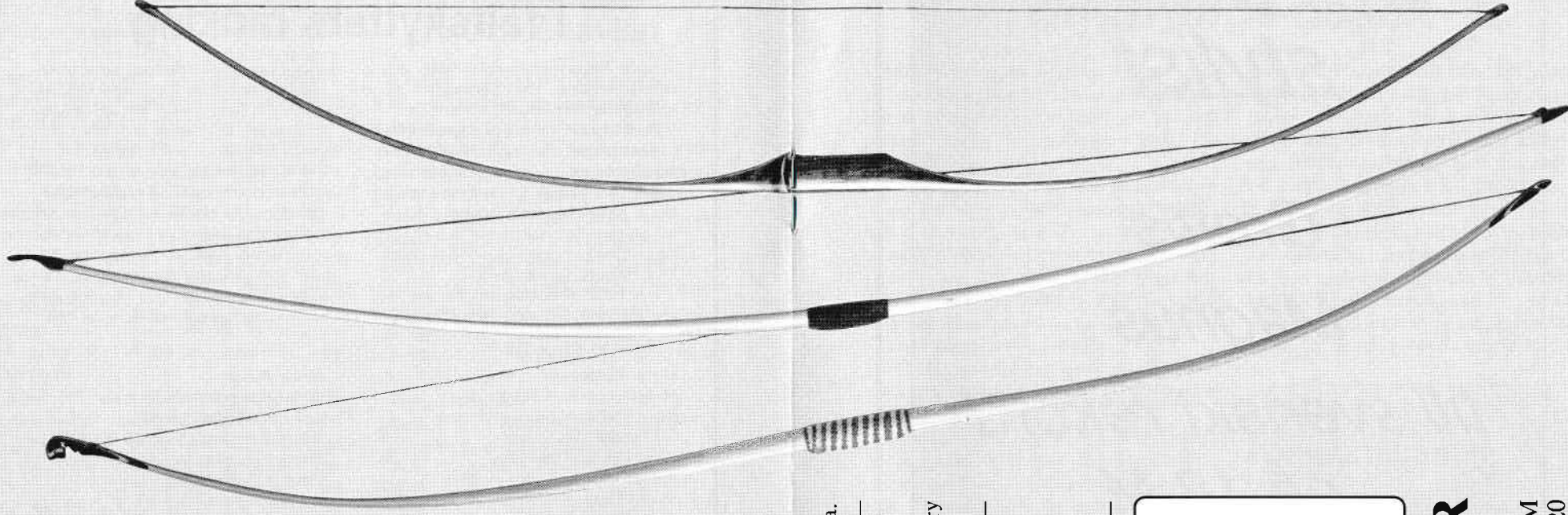
En modern långbåge av "Howard Hill" typ, försedd med siktfönster. Mittsektion av valnöt och kärnlaminat av bergslönn. **Pris 3.525:—**



BÅGAR & PILAR

Bågskyttespecialisten AB

Triewaldsgränd 3 • 111 29 STOCKHOLM
Telefon: 08-21 91 68 Telefax: 08-99 96 20



stylist

Grattis

Magnus

till svenskt rekord

på 18 M

594 p

(inofficiellt

världsrekord)

Bow Pro

OS-vinnare testad vid Sverige-besök

I slutet av november förra året hade vi nöjet att hälsa välkomna till den olympiska mästarrinnan i bågskytte, Youn-Jeong Cho, och professor Sung-Ho Um, universitetet i Ulsan, Sydkorea.

Professor Um tillhör den vetenskapliga grupp som arbetar med bågskyttets utveckling i Sydkorea. Man har en vetenskaplig satsning på nationalsporten bågskytte. Bakgrunden till det sydkoreanska bågskytteundret är att man gjort en grundlig utredning om vilka faktorer som påverkar människan i bågskyttesituationen.

Till skilda seminarier har inbjudits internationellt kända forskare som fått föreläsa om sina specialiteter.

Svenska forskare som deltagit är professor Per-Olov Åstrand, Idrottshögskolan, och specialist inom fysiologin, och dr Lars-Erik Unestål, psykolog med idrott som specialitet.

Redarhjälp

Den sydkoreanska satsningen har varit möjlig med sponsorhjälp. En av mecenaterna är en välbeställd skeppsredare. Men det är klart att den statliga satsningen har stor betydelse. Den organiserade träningen i skolorna ligger som en grund för ett fostrande i teknik och träningslära som håller absolut högsta klass inom vår sport.

Under en dryg veckas vistelse i Sverige fick undertecknad tillsammans med Jenny Sjöwall en djupare insikt i hur man tränar och vad Youn-Jeong egentligen gör. Detta dels genom att vi gjorde våra egna standardtester med bl. a. myometer och biomekaniska grundmätningar.

Men också det att vi fick möjligheten att komma in på Idrottshögskolans och Karolinska Sjukhusets specialavdelning för bio-

mekanik, fysiologen III. Där chefen, docent Alf Torstensson, forskar omkring rörelser i människokroppen. Dessa test kommer att bli mycket intressanta att studera. Efterhand som resultaten kommer skall jag redovisa vid lämpliga tillfällen och i Bågskytten.

Visst är det intressant att närmare studera de allra bästa och visst fick vi ut en hel del av diskussionerna med professor Um och Cho. En intressant halvdag hade vi tillsammans med Lars-Erik Unestål, som före en USA-resa tog sig tid att komma tidigare till Stockholm. Ur de intervjuer vi gjorde med syd-

Anonyma prenumeranter

Liksom så många gånger tidigare år har Bågskyttens red. även vid det gångna årsskiftet en rad prenumeranter som vid förnyandet av sitt abonnemang på tidskriften glömt att skriva sitt namn och adress.

Många förnyar också sitt abonnemang genom att girera över pengar från egna konton och även här glömt skriva namn och adress. Pengar för abonnemang har således inkommit från postgiro- eller privatkonto nr: 84 72 48-2, 424 17 46-9, 629 11 25-0, 45 91 03-8.

Tillhör Du någon av dessa, eller misstänker Du att Du glömt skriva ditt namn och adress på inbetalningen så skriv några rader till Bågskytten, Gröna vägen 7 a, 374 52 Asarum.

Har Du glömt att skriva ditt namn så måste Du också bifoga kopia på inbetalningskvittot så kanske vi kan spåra just Din inbetalning.

koreanerna inom området mental träning, kan man utläsa att de varje dag organiserat eller för sig själva tränar eller kopplar av mentalt.

Tränarkonferens

I Jönköping organiserade SBF en tränarkonferens i samband med idrottsmässan. Till denna hade anmält sig ett 80-tal intresserade tränare och skyttar. Ett rekord för vår verksamhet i detta avseendet.

Många av deltagarna har efter konferensen uttalat att man fått inspiration att satsa på mycket av den sydkoreanska träningsmodellen. Mycket av det som man gör borta i det framgångsrika österlandet känns bekant här hemma. Jag tänker på korthållsträningen utan tavla. Det vet vi att den är effektiv, men alltför mycket slarvar vi med den viktiga träningen.

Youn-Jeong tränade säkert 70 procent av sin träning här i Sverige på ca 6 meters avstånd mot tavelfri butt.

— Varför tränar du så mycket korthåll?

— Jag har haft en hektisk period efter OS med mängder av representation hemma och i USA. Därför är jag dåligt tränad och vill snabbt återfinna min inre känsla. Jag har aldrig tävlat inomhus på 18 meter och duellen mellan mig och Jenny känner jag som viktig. Därför måste känslan sättas i första rummet när jag tränar, var OS-mästarinnans entydiga svar.

Det var planerat en uppvisningsskjutning i Jönköping, 12 pilar på 18 meter mot 40 cm trespot tavla. Cho var betydligt starkare än Jenny i den inför storpublik, säkert fler än tusen personer, tuffa tävlingen som skulle visa hur det skulle ha gått i en match om OS-guldet. Om Jenny varit i final i Barcelona.



Vår egen toppskytt Jenny Sjöwall var med när Youn-Jeong Cho testades vid sitt Sverige-besök tillsammans med professor Sung-Ho Um. Foto: Leif Janson.

För de starka pojkarna

50 % på Yamaha EX & YTSL lemmar
32—44 lbs

först till kvarn.

BÅGAR & PILAR
Bågskyttespecialisten AB

Triewaldsgränd 3 • 111 29 STOCKHOLM
Telefon: 08-21 91 68 Telefax: 08-99 96 20



Efter sydkoreabesöket har Jenny på väsentliga punkter ändrat sin träning. Det har gett resultat omgående. I Trettondagspilen i Karlstad blev det personligt rekord, 582 poäng. Kanske vi ändå har fått en eller flera viktiga pusselbitar efter denna seminarie-satsning.

Vi har också inbjudits att delta i träningsläger och tuffa tävlingar i Sydkorea.

Om vi kommer skall vi få allt fritt på plats om vi sänder vårt landslag i Olympiskt Bågskytte. Visst har världens bästa bågskyttar mycket att lära ut, så det kanske är lika bra att "sticka in huvudet i lejonets kula" det är där utveckling pågår, det är där vi kan utveckla den svenska modellen.

Utvecklingens bas är de tränare som deltar i seminarier och utbildning. Det är dessa som skall föra svenskt bågskytte framåt. SBF:s huvudsatsning inför en nära framtid måste omfatta just dessa utvecklande sam-

mankomster. Klubbarna och dess ledare är vår framtid. En framtid som ser ljus ut efter den kvantitativa uppställning vi kunde konstatera i tränarkonferensen 1992.

Leif Janson

Nästa nummer av Bågskytten

utkommer månadskiftet
februari—mars 1993.

I nr 3/93 skall tävlingar som
arrangerats före den 20 april 1993
vara utannonserade.

Sista manusdag 15/2.



Pachmayr Santana compoundbåge

till
rätt pris!

Stock magnesium, färg blå metallic
Metallhjul, runda singelspår
Kabelsystem, helt Fast-Flite
Lemmar, raka trälamminerade
Båglängd, axel till axel 46"

En "riktig" båge för endast

1900:-

Paket:

Santana (1900:-)

Toxonics 1500 sikte (780:-)

BriteSite Vegasscope (450:-)

Barner ekonomi fallhylla (390:-)

Spiga-2 release (550:-)

Carbofast GC stabbe (435:-)

PaaPeep (30:-)

Pris i lösa delar

4535:-

Ditt paketpris

3850:-

LABO Import AB

Sweden

054 - 53 31 10

Alla dagar 09.00 - 22.00



Bra bågskytte-PR vid idrotts-mässan

Under fyra dagar har en stor idrottsmässa varit förlagd till Elmias mässområde i Jönköping.

I ett par av montrarna har bågskytte varit representerat. (BOW PRO hade den andra).

SBF:s monter (som väl egentligen borde kallas Smålands DF:s) hade ett bra läge i hall 1. En plats där det verkade som om alla mässbesökare passerade.

Vilka underbara dagar. Själv var jag bara på plats torsdag—fredag, men erfarenheten från de dagarna är lika med vad som var under de följande.

Mässan öppnade på torsdag morgon 09.30. Inger Pettersson, Hasse Svensson och jag förväntade oss två dagar då vi kunde gå omkring och titta på de andra utställarna. Att ha en man i montern hela tiden som presenterade vad bågskytte var borde räcka för att allt skulle gå som en dans. Torsdag och fredag var ju bara till för utställare. Trodde vi ja! Kvarter över nio började utställarna röra på sig och de första kom till vår monter. "Kan vi inte få prova lite också?" var första frågan. Visst, det är klart att det gick fint. Allt var ju serverat. När väl den förste ställt sig på skjutlinjen fylldes den snabbt av andra och när mässvärdinnan över högtalarna meddelade att mässan var invigd, hade vi redan lång kö och så förblev det alla fyra dagarna. Jag behöver väl inte säga från vilken monter Lokal-TV hade sändning med intervjuer!

Vilken underbar upplevelse få se att bågskytten har ett sådant sug "att man bara måste prova". Att försöka hinna gå och äta en bit mat var inte att tänka på. Som tur var hade vi en kaffebyggare med oss. Mässan stängde kl 17.30 och de sista provskytterna gick från montern vid 19.00-tiden de första

dagarna. Det var tur att Inger hyrde rum och inte var upptagen på kvällarna.

Lördag och söndag besattes montern av Smålandsskyttar. Alla klubbarna ställde upp efter ett schema som Inger gjort upp tidigare.

Summan av dessa fyra dagar måste bli att bågskytte är en mycket attraktiv sport. Det gäller bara att hitta ett enkelt sätt att visa det på och tillräckligt med erfarna skyttar att ta hand om de intresserade som kommer till klubbarna för att prova vidare.

Ett varmt tack till alla som hjälpte till att få dessa dagar att fungera så bra. Ett extra och stort till Inger Pettersson. Det var Inger, som distriktsordförande, som hade hela ansvaret för planering och genomförande.

Huskvarna BK/Kurt Frisk

Prenumeration

Har Du även med det här numret av Bågskytten, nr 1—2/93, erhållit en inbetalningsblankett så hade Du inte enl. Bågskyttens register den 25 januari förnyat Ditt abonnemang.

Givetvis hoppas vi att Du omgående gör detta eller skulle det möjligen vara så att Du inte har för avsikt att förnya Ditt abonnemang så lämna inbetalningskortet till någon annan som Du vet är intresserad av Bågskytten. Detsamma gäller givetvis om Du någon av de senaste dagarna betalat in abonnemangsavgiften.

— Resultatbarometrar —

HF 16:

1. Pär Sundell, Skövde BK	559 26.12
2. Pär Bengtsson, Linköpings BK	558 29.11
3. Elias Gahm, Järnvägens IF	555 6.1
4. Mattias Røijås, BK Siljanspilen	551 6.1
5. Björn Jansson, Nyköpings BK	550 29.11
Mathias Sjöbeck, Vollsjö BK	550 18.10
Andreas Bengtsson, BSK Hudik	550 6.1
8. Per-Erik Eriksson, BSK Hudik	549 24.10
Henrik Antonsson, BSK Hudik	549 24.10
10. Thomas Lindgren, Borås BK	547 25.10
11. Anders Jonasson, Helsingborgs BK	542 22.12
Patrik Persson, Åmåls BK	542 25.10
13. Mikael Spetz, Angereds BS	540 29.11
Henrik Henriksson, BS Kil	540 25.10
15. Robert Larsson, Nyköpings BK	534 22.11
16. Fredrik Wänstedt, Åmåls BK	533 29.11
17. Mikael Bergman, BSK Hudik	525 24.10
18. David Ivarsson, Vollsjö BK	523 29.11
19. Tony Green, Vollsjö BK	521 20.12
20. Johan Sandberg, Björnlunda BF	514 25.10

DF 16:

1. Karin Larsson, Sandvikens BK	542 6.1
2. Ingrid Kihlander, BS Grästorp	534 25.10
3. Jezzica Eklund, Nyköpings BK	526 22.11
4. Karin Hellsten, Karlstads BK	525 7.11
5. Annika Nilsson, IF Karlsvik	511 4.9
6. Jenny Lundqvist, Umeå BK	499 17.10
7. Linda Brandt, Kristianstads BK	496 20.12
8. Maria Stenström, Nyköpings BK	488 29.11
9. Malin Jonsson, Sundsvall/Örtv. BK	480 4.9
10. Pernilla Stenberg, Stallarholmens BK	473 6.1

DF 13:

1. Gabriella Wikberg, Älvenäs BK	541 9.1
2. Sanöra Elfström, Älvenäs BK	540 25.10
3. Ingrid Lundqvist, Umeå BK	531 17.10
4. Elenor Andersson, Tranås BK	515 25.10
5. Ida Hellström, Umeå BK	498 17.10
Kristin Sagli, Västerås BK	498 22.11
7. Sofia Engblom, Stocka BK	491 24.10
8. Maria Torstensson, BK Fjädern	490 29.11
9. Anna-K. Malmberg, BSK Änge	489 24.10
10. Malin Jonsson, Sundsvall/Örtv. BK	481 24.10

Adressändringar

Helsingborgs BK,
c/o Anton Müller,
S. Stenbocksgatan 136, 2 v.,
252 55 Helsingborg.

Kungälv BK,
Bilgatan 32,
442 40 Kungälv.

Norrbotens BF,
c/o Kjell Harnes,
Örnvägen 32,
983 36 Malmberget.

HF 40:

1. Osten Botin, Varbergs BK	560 18.10
2. Gösta Fransson, Kalmar BS	558 29.11
3. Conny Sjöholm, BK Göta Lejon	556 29.11
4. Leif Andersson, BK Göta Lejon	553 6.1
5. Sune Färnlund, Stocka BK	550 24.10
6. Christer Drott, Valbodälens BK	542 29.11
7. Gilbert Spång, BSK Hudik	540 29.11
8. Hans-Olof Näslund, Arboga BK	538 25.10
9. Helmer Viklund, Stocka BK	537 4.9
Kent Johansson, Tibro BS	537 29.11
Birger Olofsson, Luleå BS	537 17.10
12. Sven Andersson, BSK Hudik	533 24.10
13. Gustav Gunnarsson, BK Unga Örnar	528 29.11
Lars Magnusson, BK Unga Örnar	528 22.12
15. Lennart Jonsson, BSK Hudik	527 29.11
Lars Vikman, Umeå BK	527 17.10
17. Kai Vinberg, Södertälje BF	526 22.11
Gunnar Björkegren, Örebro BKJ	526 6.1
19. Roger Bygdell, Härnö IF	525 4.9
20. Nils Gabrielsson, Piteå BK	524 9.1

HF 50:

1. Wills Månsson, Upplands/Väsby BK	571 22.11
2. Aarne Hautamäki, IK Österviking	560 25.10
3. Nore Åhlund, Stallarholmens BK	551 22.11
4. Bert-Åke Olsson, Bollnäs BK	550 24.10
5. Yngve Norman, BSK Nimrod	543 9.1
6. Ervin Herbertsson, Satsserups GF	542 29.11
7. Paavo Grekula, Borås BS	541 8.11
8. Åke Johansson, BS Grästorp	538 8.11
9. Nils Jonsson, Stocka BK	537 24.10
10. Jan-Erik Andersson, BK Gripen	533 29.11
11. Sam Lundqvist, Skellefteå BK	533 17.10
12. Osten Krantz, Bjärnåms BK	533 22.12
13. Per-O. Palm, Umeå BK	532 9.1
14. Bror Roos, BSK Hudik	531 24.10
15. Vallis Fahberg, IF Karlsvik	529 4.9
16. Gunnar Johansson, Piteå BK	527 9.1
17. Pentti Lämpiäinen, BS Grästorp	525 8.11
18. Runo Höglund, Piteå BK	524 17.10
19. Lars Bohlin, BK Göta Lejon	516 18.10
20. Nils-G. Spjuth, BK Göta Lejon	515 8.11

HF 60:

1. Arne Gustavsson, Angereds BS	553 8.11
2. Bertil Nilsson, Satsserups GF	551 22.12
3. Gert Biverfelt, BK Göta Lejon	543 29.11
4. Bent Byberg, Göteborgs BK	542 29.11
5. Mauno Lapiolahti, Upplands/Väsby BK	539 22.11
6. Bertil Olsson, Ronneby/Karlskrona BS	534 29.11
Erik Jakobsson, BK Snapphanen	534 22.12
8. Samuli Heinonen, Finspångs BK	530 25.10
Runo Höglund, Piteå BK	530 9.1
10. John Båsk, IF Karlsvik	529 24.10

• Önskas köpa •

Jag söker lemmar till

YAMAHA ALPA

Ceramic Carbon c:a 36 lbs.

Tel. 0303-77 75 71 Hans

Grupp inför OS-96 på sitt 1:a läger



Stående från vänster Gullimar Åkerlund, tränare, Mats Lundgren, biträdande lagledare, Per-Johan Spång, Mikael Larsson, Anna Fröding, Ingrid Kihlander, Per Bengtsson, Mattias Karlsson, Peo Gunnars, tränare, Leif Janson, rikstränare. Knästående från vänster Magnus Pettersson, Jenny Sjöwall, Yvonne Jonsson, Linda Brandt, Karin Larsson, Andreas Bengtsson och Henric Wängman.

Utvecklingsgruppen inför OS-96 hade sitt första läger i Karlstad mellan den 2 och 6 januari 1993.

De som deltog var Andreas Bengtsson BSK Hudik, Per Bengtsson Linköpings BK, Mikael Larsson Sandvikens BK, Mattias Karlsson Tranås BK, Magnus Pettersson BK Göta Lejon, Per-Johan Spång BSK Hudik, Henrik Wängman IF Karlsvik, Linda Brandt Kristianstads BK, Anna Fröding Timrå AIF, Yvonne Johnson Stallarholmens BK, Ingrid Kihlander BS Grästorp, Karin Larsson Sandvikens BK och Jenny Sjöwall Älvenäs BK.

Lägret varvades omväxlande mellan knskap, skytte, tester och gemenskap. För kunskapen stod Leif Janson, PeO Gunnars, Gullimar Åkerlund och Mats Lundgren.

Föreläsningarna handlade om mental trä-

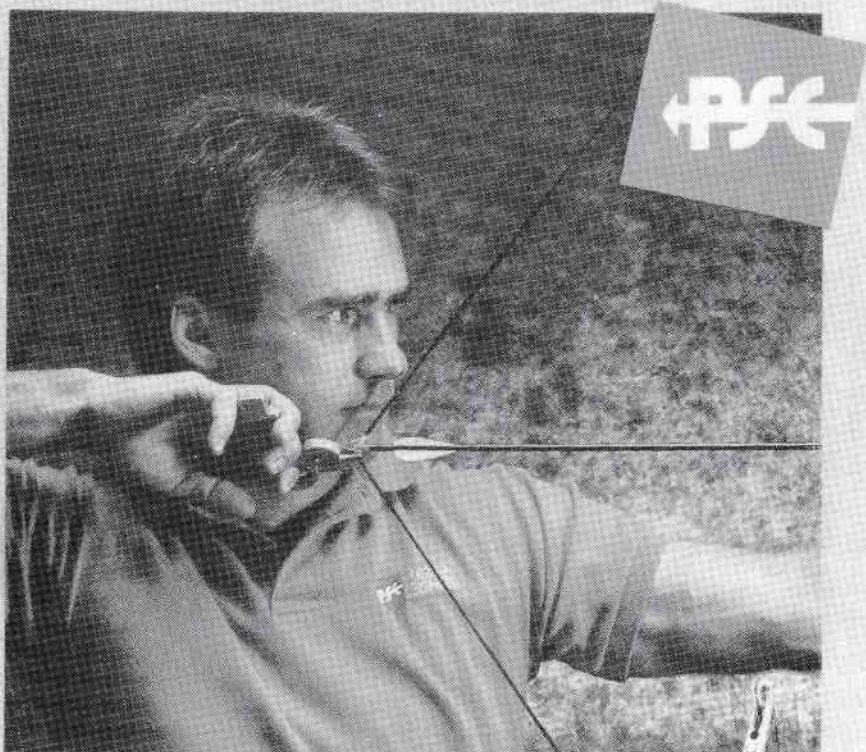
ning, kondition, och styrketräning samt tränings- och tävlingsplanering.

Skyttet växlade mellan korthåll, utan tapet och 70-meters skytte man mot man. Ett flertal tester gjordes på skyttarna vid Fysiologen, Karlstad. Lägre avslutades med kvaltävlingen till VM, 30-dagspilen på onsdagen.

Magnus Pettersson otroligt bra under hela lägre, med en fantastiskt genomförd tävling som slutade med svenskt rekord 594p på 18m, tyvärr inget världsrekord p.g.a. 6 skyttar på varje tavla.

Avslutningsvis måste jag tacka deltagarna för ett stort intresse för det teoretiska och ett bra bevis på att vi har en bra "Svensk modell" samt att skyttarna har lovande teknik som visar att de har tränat rätt hemma i klubbarna. *PeO Gunnars*

**CHOOSE THE BEST
THE BEST CHOOSE**



One of archery's best! Since his professional archery career began at the age of 16, Terry Ragsdale has held or continues to hold virtually every Professional Unlimited title in competitive archery. He is the present IFAA World Champion, a title he has held three times in the past decade alone.

Terry continues to set his goals high, both in the sport of archery and as manager of PSE's Customer Service Department. And, those who know him say that when Terry sets his mind to achieve something, he always succeeds. Terry Ragsdale knows what it takes to become the best and remain the best. So does PSE. The best choose the best.

PSE **PRECISION SHOOTING EQUIPMENT** nyhet!

PSE Fire Flite
PSE Magna Flite
PSE Laser Flite
PSE Fire Flite 3-D

STIGA VAPEN AB



PSE proffsbågar köper du där bågskytteutrustning säljs eller direkt från Stiga Vapen AB, Tranås 0140-197 60 Fax 0140-103 11

Götalands-gruppen på Olofströms-läger

Helgen den 4—6 december samlades den nya Götalandsgruppen för träningsläger i Olofström. Ledare även denna gången var Mats Lundgren och Håkan "Rönnis" Rönn Dahl.

Nytt för denna gången var bland annat att skyttarna skulle ha sin egen klubbtränare med sig. Dessutom fanns elever från bågskyttegymnasiet till hands.

Fredagskvällen började med kursgenomgång och presentation av oss alla samtidigt som vi fikade. Efter frukosten på lördagsmorgonen åkte vi från förläggningen vid Halens camping till träningshallen. Vi blev indelade i grupper om tre skyttar och en gymnasieelev. Vi gjorde uppmätningar av

skyttarnas arbetsvinklar och efter lunch kunde vi börja med myometerskjutning. Senare var det dags för den, av vissa, uppskattade konditionstesten; löpning 3000 m utomhus. Efter middagen jobbade vi med mental träning. Nu återstod bara den traditionella invigningen av de nya skyttarna innan de fria aktiviteterna kunde börja. De bestod mest av kortspel och det gick ganska snabbt att konstatera att göteborgarna inte var några större pokerhajar. På söndagsförmiddagen var det uppföljning av den tidigare myometerskjutningen och dessutom fick alla delta i en finalskjutning för att träna bort nervositet. Sedan gick Rönnis igenom tränings- och tävlingsplanering med alla nya skyttar. Avslutningsvis gjordes en utvärdering av lägret.

Hela lägret var väldigt bra och vi ser fram mot nästa som troligtvis förläggs till Lindome.

Vi tackar Rönnis och Mats samt alla klubbtränare och gymnasieelever för allt de har gjort för oss under helgen.

Rickard D, Johnny E, Henrik J

Sammanträden

**VÄSTERBOTTENS
BÅGSKYTTEFÖRBUND**

kallar till

ÅRSMÖTE

lördagen 27 mars 1993 kl. 11.00
på Vindelns Hotell, Vindelns.

Separat kallelse till berörda klubbar.

VÄRMLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder klubbarna i distriktet
till förbundets

ÅRSMÖTE

torsdagen den 1 april 1993
i Värmlands Idrottsförbunds lokaler,
Axel Johnssons väg 6, Karlstad.

• Till salu •

ATLETIC

Ceramik-carbon lemmar. 70", 37 lbs med utrustning. V-bar, lång- och kortstappar, plunger och Fin sikte m. m. Allt i fint skick. Toppen. Inklusive väska. Allt för 3.500:—.

Michael Dome Tel. 031-30 34 30

Götalandsgruppen består i dag av:

Ingrid Kihlander, Grästorps BK, Anders Jonasson, Helsingborgs BK, Linda Brandt, Kristianstads BK, Per Bengtsson, Linköpings BK, Cecilia Hagström, Lindome BK, Johnny Ekeflo, Tranås BK, Petra Nilsson, Skogens IF, Henrik Johansson, Tranås BK, Camilla Melin, Bjärnums BK, Magnus Skagert, Grimslövs AIF, Maria Andersson, Tjörns BK, Rickard Dalsjö, Vetlanda BSK, Magnus Pettersson, BK Göta Lejon, Robert Frost, BS Gothia, Jonas Andersson, Lindome BK, Jonas Persson, Grästorps BK, Fredrik Wännstedt, Åmåls BK, Håkan Lundberg, Grästorps BK, Henrik Björkwal, Karlshamns BK, Marcel Polan, Angered

Tävlingsinbjudningar

På uppdrag av

NÄRKES BÅGSKYTTEFÖRBUND
inbjuder **Järnvägens IF** till

DM INOMHUS

lördagen den 6 februari

och

Örebro BKJ till

DM I TAVLA

lördagen den 5 juni

och

Kumla BK till

DM I JAKT OCH FÄLT

söndagen den 8 augusti.

Separat inbjudan till berörda klubbar.

På uppdrag av

ÅNGERMANLANDS BF

inbjuder **Remsle UIF** till

DM INOMHUS

söndagen den 28 februari 1993
i GB-skolans sporthall, Skellefteå.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

Skall Du sälja Din begagnade båge

eller köpa en begagnad? En annons i Bågskytten kan vara det som ger resultat. Sätt in 50 kr på postgiro 37 90 05-2 och skriv annonstexten på inbetalningsblanketten.

OBS! Endast kontantannonser till det priset.

BS, Jonas Höglund, BS Gothia, Dan Nilsson, Linköpings BK, Patrik Persson, Åmåls BK, Marco Petralia, Valbodals BK.

TIMRÅ AIF

inbjuder till

TAIF-TRÄFFEN

söndagen den 31 januari 1993.

Start: Kl. 09.00. Klass -10, -13, -16. Motion samt K- och Comp.-klasserna. Kl. 13.00. Samtliga F-klasser, sen. och äldre.

Tävlingsplats: Sörbergskolans sporthall. Vid Isladan, Timrå.

Tävlingsform: FITA 18 m. och 12 m. Comp. 18 m./3-spot.

Anmälningsavgift: Sen. och äldre 80:—, övriga 50:—, lag 50:—.

Uppvärmningsskjutning: Omg. 1: Mellan kl. 08.30 till 08.55. Omg. 2: Mellan kl. 12.30 till 12.55.

Anmälan: Timrå AIF tel. 060-57 68 22.

Anmälan: Senast **måndagen den 25 januari.**

OBS: Klasser med 4 startande eller mindre flyttas till närmast lämpliga. Ex. DF 60 till DF 50 osv.

Upplysningar: Telefon 060-57 68 22, Birgitta eller Bertil.

Servering: Kory, kaffe, läsk, godis m. m.

VÄLKOMNA!

Timrå AIF

TJÖRNS BK

inbjuder till

TJÖRNPILEN

söndagen den 14/3 kl. 10.00
i Häggvallsskolan, Tjörn.
(Vägvisning från Tjörnbron).

Tävlingsform: FITA 18 m. + 12 m. Compound 18 m.

Klasser: Alla enl. SBF.

Avgift: Seniorer och äldre 70:—, Juniorer och Lag 50:—.

Anmälan: Senast den 9/3 till Eva Brevik tel. 0304-66 74 19, Monica Arousell tel. 0304-67 55 96 eller skriftligt till Tjörns BK, Box 8, 440 74 Hjälteby.

OBS. Begränsat deltagarantal.

Servering finns.

VÄLKOMMEN!

Tjörns BK

SKÖVDE BÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till



Premiär Pilen

Söndagen den 28 Februari 1993, Med start kl 08:00, därefter ny start varannan timme fram till kl 18:00

Tävlingsplats: Skövde BK's nya skjuthall, vägvisning från Skaravägen väg nr: 49.

Tävlingsform: Fita 18m samt 12m.

Anmälan: Till Thomas Lundström. Tel 0500-48 99 47. Sista anmälningsdag tisdag den 23 Februari. (Dagtid endast telefonsvarare.)

Anmälningsavgift: Seniorer och äldre 70:-, övriga och lag 50:-

Servering: Varm kory, smörgås, kaffe samt dricka.

OBS! Gymnastikskor är obligatoriska

Vi hälsar alla välkomna till **Premiär Pilen** i vår nya inomhushall.

Skövde Bågskytteklubb

TRELLEBORGS BÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till

VÄRPILEN

Söndagen den 18 april 1993 kl. 10.00.

Tävlingsplats: Söderslättshallens Is-hall, Trelleborg.

Tävlingsform: FITA 2x30 pilar på 12 resp. 18 meter.

Inskjutning: 2x3 provpilar direkt före tävlingsstart.

Klassindelning: Enligt SBF. även Compound.

Startavgift: Sen. och äldre 100 kr. Juniorer och yngre 60 kr. Samtliga lag 100 kr.

Anmälan: Senast den 13 april till Glenn Linsj, Vallby 2, 230 20 Klagstorp. Tel. 0410-266 49 (Glenn Linsjö), (0410-122 39 Niels Jörgensen).

OBS! Gymnastikskor OBS!

Välkomna till Trelleborg!

VÄRMLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder härmed till

DM INOMHUS DM I OLYMPISKT BÅG- SKYTTE samt DM I FÄLTSKYTTE

Tid och plats meddelas i separat inbjudan till distriktets klubbar.

På uppdrag av

HALLANDS BF

inbjuder **Varbergs BSK** till

DM INOMHUS

den 28 februari 1993.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

SKURUPS BÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till

MARSKATTEN

söndagen den 14 mars 1993 kl. 10.00.

Plats: Skurupshallen.

Tävlingsform: FITA 18 resp. 12 meter 2 x 30 pilar.

Klasser: Alla även knattar och compound-skyttar.

Anmäl.n.avgift: Erläggas vid tävlingsplatsen. Klass 18 och uppåt samt alla compoundklasser 120:—. Klass 16 och nedåt 90:—. Lag oavsett klass 90:—. Onominerat 3-mannalag på 18 resp. 12 meter. Separat lagtävlan för compoundskyttar.

Vandringspris: Till högsta resultat oavsett klass dock ej compoundskyttar.

Anmälan: Senast den 9 mars 1993 per tel. 0411-414 51 eller 410 03.

Gymnastikskor obligatoriskt. Begränsat deltagarantal, **95 st.**

Obs. Tänk på regeln ang. skjuttröjan!

Servering i pausen av läsk och korv m. m.

VÄLKOMNA TILL SKURUP!

Skurups Bågskytteklubb

På uppdrag av

UPPLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder

Kungsängens Bågskytteklubb

till

DM INOMHUS

den 27—28 februari 1993.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

På uppdrag av

SKÅNES BÅGSKYTTEFÖRBUND

inbjuder

TRELLEBORGS BÅGSKYTTEKLUBB

till

DM INOMHUS

lördagen den 10 april 1993 kl. 10.00.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

LINKÖPINGS BÅGSKYTTEKLUBB

inbjuder till

DM FÖR ÖSTERGÖTLAND + LINKÖPING OPEN

Tävlingsstart: Söndagen den 14 mars 1993 kl. 10.00.

Tävlingsplats: Collegium.

Tävlingsform: FITA 18 m., 12 m.

Klasser: Enl. SBF:s bestämmelser.

Inskjutning: Från kl. 09.30 till 5 min. före start.

Anmäl.n.avgift: DM Seniorer 70:—, Junior och Lag 50:—. Linköping Open Seniorer 70:—, Junior och Lag 50:—.

Anmälan: Senast måndag den 7/3 till Kjell Eriksson, Ringgatan 9, 582 52 Linköping. Tel. 013-12 19 37. Björn Jansson tel. 013-10 27 45.

Vägbeskrivning: Tag av från E4 mot Linköping V. Skyltat från väg 34 mot Vimmerby.

Begränsat deltagarantal c:a 160 st.

Tävlingsdräkt enl. SBF:s adresslista 1992 och gymnastikskor är obligatoriska i tennishallen.

VÄLKOMNA!

Linköpings Bågskytteklubb

DALARNAS BF

inbjuder till följande DM

14/3 INOMHUS

Arr.: Säters IF/BK

5/6 TAVLA

Arr.: BK Bergslagspilen

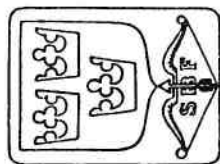
8/8 JAKT OCH FÄLT

Arr.: BK Dalpilen

Separat inbjudan till berörda föreningar.



Tävlingsprogram 1993



	Jan.	Febr.	Mars	April
12 BS Gråstorp				
12 Kariskrona BK				
18 Jakt-SM	Jakt 2 x 15 mål			
19 Jakt-SM	Jakt 2 x 15 mål			
24 Sunne BK/Värmlands BF	Nordiska Jakt/Fält			
25 Sunne BK/Värmlands BF	Nordiska Jakt/Fält			
26 Kristianstads BK	"Algljätten"			
2 Ostersunds BK	"Algipilen"			
9 Sundsvall/Ortvikens BK	"SIAB-cup 83"			
16 Piteå BS	"Fyrkantipilen"			
17 Ångereids BS	"Jubileumstävling"			
23 BSK Hudik	"Oktoberträffen"			
24 Karlavads BK	"Solstadsträffen"			
7 IF Karlskrik	"Karlskriksträffen"			
13 Tranås BK	"PSE-cup"			
13 Kiruna BK	"Lilla Köldknäppen"			
14 Kiruna BK	"Köldknäppen"			
14 Skurups BK	"Nils Holgerssonsträffen"			
14 Trollhättans BK	"Höspilen"			
20 Stallarholmen	"25:an"			
20 Umeå BK	"Ume-combi"			
21 Umeå BK	"Ume-combi"			
21 Tjörns BK	"Tjörnpilen"			
21 Kungsängens BK	"Ekhammarsgubben"			
28 Timrå AIF	"Höstträffen"			
28 Björnånda BF	"Nallepilen"			
4 Motala BK	"Julosten"			
11 Luleå BS	"Luleträffen"			
12 Korshäls IF/BK	"Korshälssträffen"			
19 Hassleholms BK	"Tomtepilen"			
26 BS Gråstorp	"Drive In"			

Adress för redovisning av startavgifter, resultatlistor:

SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET, Fack 23, 860 32 Fagervik

Postgiro: 19 44 53-7

OBS! Nya bestämmelser om startavgifter till SBF.

15 procent av den totala anmälningssavgiften.

OBS. Glöm inte att annonsera tävlingarna i tidskriften Bågskytten!

	Jan.	Febr.	Mars	April
6 Älvenäs BK	FITA 25/18/12 m			
9 Bodens BK	FITA 18/12 m			
16 Kiruna BK	PAA			
17 BK Gripen	FITA 18/12 m			
17 Finspångs BK	FITA 18/12 m			
23 BSK Hudik	FITA 18/12 m			
24 Tibro BS	FITA 18/12 m			
30 Tranås BK	SBF 12 m			
31 Timrå AIF	FITA 18/12 m			
6 BK Nimrod	FITA 25/12 m			
7 Skogens IF	FITA 18/12 m			
13 Älvenäs/Kil	FITA 25/18/12 m			
14 Älvenäs/Kil	FITA 25/18/12 m			
14 BK Tellus	FITA 18/12 m			
21 Vänersborgs BK	FITA 18/12 m			
27 BK Friskytterna	FITA 18/12 m			
28 Skövde BK	FITA 18/12 m			
28 Timrå AIF	FITA 18/12 m			
5 Perpignan-Frankrike	VM Inomhus			
5 Perpignan-Frankrike	VM Inomhus			
6 Perpignan-Frankrike	JSM			
7 Kungsängens BK	JSM			
7 Hassleholms BK	"Solutet"			
14 Skurups BK	"Tjörnpilen"			
14 Tjörns BK	SSM			
20 Kungsängen	Fristilfklassiskt			
21 Kungsängen	Fristilfklassiskt			
27 Kiruna BK	Lilla Guldskräcken			
27 Kiruna BK	FITA 900 r/o I-hus			
28 Kiruna BK	FITA 25 m			
3 Halmstads BF	FITA 18/12 m			
3 Skellefteå BK	FITA 18/12 m			
4 Halmstads BF	FITA 25/18 m			
4 Skellefteå BK	FITA 25/18 m			
17 Timrå AIF	FITA 25/12 m			
18 Timrå AIF	FITA 29/12 m			
18 Trelleborgs BK	FITA 18/12 m			
18 Eskilstuna BS	Jakt 40 mål			
25 Huskvarna BK	Jakt 40 mål			

På uppdrag av
SMÅLANDS BÅGSKYTTEFÖRBUND
inbjuder **BK Björnen, Värnamo**, till
DM INOMHUS

söndagen 28/2 -93 kl. 10.00.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

På uppdrag av
STOCKHOLMS BÅGSKYTTEFÖRBUND
inbjuder **Tyresö Bågskytta** till
DM INOMHUS

söndagen den 7 februari 1993.

Separat inbjudan till berörda föreningar.

TIMRÅ AIF
inbjuder till

TAIF-DRIVE IN

fredagen den 26 febr. 1993,
lördagen den 27 febr. 1993.

Start: Fredag kl. 19.00. Antal platser: 24 st.
(Reservtid vid fullbokning lörd.) Lördag
kl. 09.00. Antal platser: 24 st. Lördag kl.
12.00. Antal platser: 24 st. Lördag kl.
15.00. Antal platser: 24 st. Totalt 96 star-
tande.

Tävlingsplats: Timrå AIF:s träningslokal,
Sörbergeskolan.

Tävlingsform: FITA 18 m. och 12 m. Comp.
18 m./3-spot.

Klasser: Alla klasser med fler anmälda del-
tagare än 3 st. Ej 10 klasserna.

Anmälningavgift: Samtliga 50:—, lag
ingen avgift.

Uppvärmningsskjutning: 2x3 pilar prov-
pilar.

Anmälan: Timrå AIF tel. 060-57 68 22.

Anmälan senast: Tisdagen 23 febr.

OBS.: Segraren i varje åldersklass får pris.
Övriga priser (10 st.) lottas ut. Priserna
består av presentkort.

Upplysningar: Telefon 060-57 68 22, Birgitta
eller Bertil.

Servering: Läsk, kaffe och godis.

VÄLKOMNA!

Timrå AIF

VÄNERSBORGS BK

inbjuder till

"FRIDAPILEN"

Tid: Söndagen den 21 febr. 1993 kl. 10.00.

Plats: Idrottshuset, Vänersborg.

Tävlingsform: FITA 18 resp. 12 m.

Klasser: Enl. SBF:s bestämmelser. Start
med 2x3 provpilar.

Anmälningavgift: Knattar, yngre juniorer
och motionärer 40:—, Juniorer och Se-
niorer 70:—, Lag 50:—.

Anmälan: Till Harald Nyberg 0521-672 45,
Anna-Lisa Berglund 0521-179 63.

Sista anmälningdag: 15 februari kl. 21.00.
Servering.

Gymnastikskor obligatoriskt!

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 7A, 374 52
Asarum. Tel. 0454-206 28.

Ansvarig utgivare: INGVAR YXELL
Postgiro: 37 90 05-2.

Prenumerationspriser:

Helår 165:—
Utanför Norden: Helår 220:—

Annonspriser:

Tävlingsinbjudningar Övriga annonser
1/1-sida 570:— 775:—
1/2-sida 380:— 470:—
1/4-sida 210:— 250:—
1/6-sida 175:— 200:—

Diverseannonser, per spaltmillimeter 3:50.
Bilagor enligt överenskommelse

Tidskriftens adress: Tidskriften Bågskytten,
Gröna vägen 7A, 374 52 ASARUM

Sölvesborgs Offset- & Boktryck AB



MERLIN Targetmaster-3



Mycket snygg tvåtonslackerad stock

Trälaminerade recurve lemmar

3400:—

Kvalité behöver inte kosta mer!

Kvalité behöver inte kosta mer!

OMEGA

CNC fräst stock i ett stycke

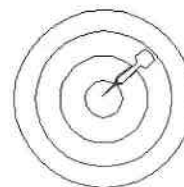
Torosionsupphängt trägrepp=alltid lika handisättning

För dig bara nöjer dig med det bästa!

8200:—

Välj Merlin du också!

Välj Merlin du också!



Merlin X-Press

Entonslackerad stock
Recurverade glaslemmar
Metalhjul - såklart!
Spana in priset!



2600:—

LABO Import AB
Sweden

054 - 53 31 10

