

© Tidskriften

BÅGSKYTTE

Årgång 52 Nr 2 1999

Yngre Junior Trofén
slut-98, start-99

Bågskyttekörkort
i Friskyttarna

WORLD

Månadens reportage
Sigrid Johansson

Domarhörnan
Regler och
kommentarer

I backspegeln

REDAKTÖR

Mikael Svahn

ANSVARIG UTGIVARE

Förbundsstyrelsen

ADRESS

Motalagatan 18
592 32 Vadstena

TELEFON

0143/125 05

FAX

0143/315 64

E-mail

m-svahn@algonet.se

SISTA MANUSDAG

DEN 25:e

i varje månad

ÄVEN

ANNONSMANUS MED **FÄRG**

SBF's organisationsnummer:

802000-5065

Bågskyttens PG:

37 90 05 - 2

UTGIVNING

Mellan 15 - 20 varje månad

Sidstorlek	Pris
1/1	675 kronor
1/2	450 kronor
1/4	275 kronor
1/8	215 kronor
4-färg	Ring för pris
SBF's hemsida	450 kronor
(Endast i kombination med annons)	
Pryltorget	40 kronor
Prenumeration	225 kr/år
Utanför Norden	350 kr/år

innehåll

Redaktionellt

- 4 Ledaren
- 4 Grenar & Discipliner i text & bild
- 5 Inbjudan till förbundsstämman-99

Inkommande artiklar

- 6 Domarhörnan
- 23 Bow Pro Open 1999
- 27 Grönt kort hos Friskyttarna

Reportage

- 7 Månadens reportage, Sigrid Johansson

Övrigt

- 12 SBF's försäljning
- 13 Mer om rätt kost
- 14 YJ Trofén 98, slut
- 15 YJ Trofén 99, start
- 16 Julosten i Motala
- 18 Barometern
- 24 Stöd & Stidpendier
- 25 Notisen, om korruptionsanklagelser mot IOK
- 25 Tränarutveckling "moderniserad steg-1"
- 26 I backspegeln
- 30 Materielteknik
- 31 Tävlingsannonser
- 35 Tävlingkalender för 3D-touren-99



Adressändring!

Järnvägens IF Hallsberg
c/o Peter Karlsson
Norrårdsgatan 28
694 34 Hallsberg

Reklam

LABO	sid 2, 39,40
Bow Pro	sid 10,11,28,29
Bågar & Pilar	sid 20, 21
SBF	sid 12
Lindome BK	sid 31
Sk. Bowhunting	sid 17
Fairing sport ntr.	sid 38

BÅGSKYTTEN
TOTAL
BELÅTENHETS
GARANTI

LEDAREN

Hur står det till med det idrottsliga föredömet egentligen? Mutanklagelser, korruption och doping. Inte ens idrottens hjärta, den Olympiska tanken får stå ofläckad. Den idrottsliga samhällsnyttan är den på väg att spelas ut?

Det bråkas allt oftare om pengar på alla möjliga nivåer. Visst kan jag hjälpa till men vad får jag för det? Tycks bli en allt vanligare fråga. Jag är övertygad om att det är lättare att glömma sin nästa när pengar skymmer sikten, värden som mäts med andra mått går förlorade. Sådant som att stå upp och jobba för andra, bygga föreningar, fritid och gemenskap för att vi har behov av det.

Har intresse och engagemang ett pris? Om det vuxna samhällets olika institutioner, varav idrotten är en, skall vara på plats för våra barn och ungdomar då handlar det om vilka värderingar vi skall ta ställning för, pengar är något annat.

Bågskyttens tidigare redaktör Ingvar Yxell ville ha "idealiteten tillbaka", precis så... värden som mäts med andra mått.

Mikael

GÖSTA NILSSON

Tyresö Bågskyttars förre ordförande Gösta Nilsson har avlidit 78 år gammal.

Gösta var en av initiativtagarna till Tyresöklubbens bildande år 1971 och var dess första ordförande och förblev så i obruten följd i 25 år. Två saker kom att vara vägledande för Gösta, Klubbens välbefinnande och kontakten med ungdomen.

Han fann en oerhörd stimulans i att få arbeta med ungdomar och visa att någon barriär mellan dem inte existerade i Tyresöklubben. Vi saknar en god idrottskamrat och en sällsynt ärlig och varm människa.

Styrelsen.

Grenar & Dicipliner i Text & Bild

För sponsorer, föräldrar och media.

**Långbåge**

Långbågen är den mest ursprungliga formen av bågskytte som vi kan erbjuda. Max 40m utomhus och 12 meter inomhus. Många tillverkar egna bågar och pilar.

Klassiskt

Klassiskt skytte är bågskytte utan siktnedel där Sverige är världsledande. Max 60m utomhus, 18 och 25m inomhus.

**Fristil**

Olympiska klassen där sikte och stabilisatorer är tillåtna. Svenska stjärnor är Magnus Pettersson och Jenny Sjöwall-Karlsson.

Compound

Här är optiska siktnedel tillåtna med mycket hög precision.

**Jakt**

Skogsrond. 2x15 djurfigurer på snitzlad bana. Skyttarna går i grupper. Avståndet bedöms till varje mål.

Fält

Som ovan. Svarta 5-ringade tavlor med gul "spott". En bana har kända avstånd och en har okända. 3 pilar/mål måste skjutas.

**Tavla**

Är representerad vid OS. Olympiska ronden har 4 avstånd fördelat på 144 pilar Inomhus är det 12m för yngre och 25 eller 18m för övriga fördelat på 60 pilar.

**Skidbågskytte**

Utövas mest i södra europa. Skyttarna skjuter på skivor, 10-16 cm, uppställda 18m från skjutlinjen. Sträckan är 3x4 km.

**3D**

Som jaktskyttet. Består av formpressade 3-dimensionella djurfigurer i naturlig storlek. Endast 1 pil/mål. Tour finns.

Handikapp

Sverige tillhör världstoppen. Stjärnor som, Ann-Christin Nilsson och Anders Grönberg.



SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET

FÖRBUNDSSTÄMMA

Svenska Bågskytteförbundet avhåller sin ordinarie förbundsstämma söndagen den 25 april 1999 kl 09.00.

Plats: Continental Hotell, Vasagatan (vid Centralstationen) Stockholm.
Föredragningslista enligt stadgarna

Styrelsen

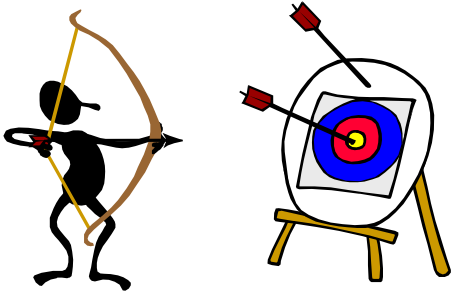
KONFERENS

LÖRDAGEN DEN 24 april 1999, KLOCKAN 13.00 - 18.00

Under konferenstimmarna diskuteras bl.a.; SBF Organisation
Proportioner / Motioner

Kaffe 15.00

Anmälan skall ske på av SBF utsänt formulär!



Domarhörnan 1999

Nr 1

Med anledning av att det ofta kommer frågor på hur vissa delar av tävlingsbestämmelserna skall tolkas. För att minimera eventuella skiljaktigheter mellan domare och skyttar hur en regel skall tolkas skall jag under denna rubrik i några nummer av Bågskytten ge förklaringar till hur vissa artiklar bör tolkas.

Den första frågan är hur många domare man har rätt att kalla om man inte är överens om en pils värde.

Enligt tävlingsbestämmelserna skall tävlande som ifrågasätter värdet av en pil, vid tavelsskytte inom- eller utomhus hänvisa detta till en domare. Är någon skytt på tavlan missnöjd med domarens beslut skall majoritetsbeslut som fattas av den ursprungliga och högst två tillgängliga domare vara slutgiltigt.

Oavsett hur man tolkar "och högst två tillgängliga domare" så är det här fråga om matematik och tidsåtgång. Om domare ett och två fattar samma beslut så behövs inte domare tre, men om domare ett säger att pilen skall ha det högre värdet och domare två att pilen skall ha det lägre värdet så måste domare tre tillkallas och dennes röst blir utslagsgivande. Varför dra ut på tiden, irriterar skyttarna som står och väntar på att få skjuta nästa serie eller stressa domarna genom att kalla på domarna en och en.

Man kan också vända på det hela så att när domare tillkallas så kommer det två och om dessa två har olika uppfattning om pils värde tillkallas en tredje. Men detta beslut är upp till tävlingsledningen att ta beroende på tillgången på domare.

Hur skall domarna delge skyttarna sin bedömning? En hensam domare kan delge sitt beslut verbalt. Men är man två domare så är det lätt att man styr varandra om inte besluten ges samtidigt. Lämpligen har man någon form av bricka eller mynt där den ena sidan betyder upp och den andra ned och att man samtidigt visar sitt beslut.

Vid fältskytte (gäller även jakt och 3D), skall tävlande hänskjuta varje tvist om värdet av en pil i tavlan till en domare innan pilen är dragen. Finns inte domare tillgänglig är det patrullchefen som fattar det avgörande beslutet, under förutsättning att det inte är dennes pil. Vid finalronder förfar man på samma sätt som vid tavelsskytte.

Domares beslut om en pils värde enligt ovan kan ej överklagas hos Jury.

Återkommer i nästa nummer med något helt annat.

Henry Jonson

RÄTTELSE

I förra numret av Bågskytten var en artikel införd av Markus Sundström med rubriken "Träningsläger med Götalandsgruppen". Det var **JUNIORLANDSLAGET** som hade träningsläger.

red.

Prylboden

TILL SALU

Hoyt Radian, Blå med klicker och pilhylla.

Carbonlemmar, 70", 40#.

Pris: 4 500 kronor.

Lemmar, Carbon+, 68", 44#.

Pris: 2 000 kronor.

Tel: 063 - 853 88, Tomas Rask

Sigrid Johansson



Bågskyttets Grand Old lady

Sigrid Johansson

av Leif Janson

En elegant och stolt dam, hon är åttiotre år, hon jobbar heltid på Björn Bengtson AB, tävlar i bågskytte, är ordförande i Östra Svealands Bågskytteförbund, hon har varit internationell domare till 1997 och tycker att det är larvigt att sitta och "dösnacka" med pensionärer.

Sigrid Johansson är sig lik, samma klara inställning till omgivningen. Den här korta artikel ska handla om bågskytten Sigrid Johansson, som egentligen skulle skriva sina memoarer och lära oss hur en mästarinna tänker och verkar i allmänhet genom ett framgångsrikt och innehållsrikt liv.

AMERIKANSKAN SIGRID

Det började 1915 mitt ute i vetefälten i North Dakota, USA, där norska invandrare födde en flicka som fick namnet Sigrid. Hon har flera gånger berättat för mig om vilken fantastisk fascination hon kände inom sig när hon såg det oändliga havet av vete som vajade för inlandsvindarna. Kanske var det denna storslagenhet som gav Sigrid hennes mentala styrka. För visst påverkas vi av miljön!

Under collagestudierna fick Sigrid prova på en hel del idrotter bland andra bågskytte under en hel termin. - Men vi hade ingen rejäl instruktör, berättar Sigrid, som menar att det ändå var bra att lära en del av grunderna.

FRÅN CHICAGO TILL STOCKHOLM

I slutet av 30-talet arbetade Sigrid på laboratoriet i North Western Dental University, Chicago. Där träffade hon Tandläkarstudenten Gunnar Johansson 1938. Gunnar och Sigrid flyttade till Sverige 1943, mitt under kriget. De fick en dotter, Anita som nu bor i USA, och en son, Leif, som också skjuter båge, i Lindome BK.

År 1947 började Sigrid och Gunnar att skjuta båge i Stockholms Bågskjutningsklubb. Där fanns då många kända bågskyttar, namn som många av oss känner igen. Janina Kurkowska, hon är i historieboken världens genom tiderna främsta bågskytt, sju VM-guld vann hon under en sjutton-års-period! Första vinsten var 1931 (den första officiella VM-tävlingen) sedan 1932, -33, -34, -36, -39 och -47, hon tävlade för Polen.

Under kriget hade Janina suttit i koncentrationsläger och fått slita hårt där. Oscar Kessels, en av förgrundsfigurerna för belgiskt bågskytte och senare för det internationella bågskyttet och FITA, hjälpte Janina att komma till Sverige och här stannade hon till sin död. Sigrid och Janina var vänner ända till Janinas sista dagar på sjukhus i Stockholm.

Naturligtvis hade Sigrid mycket att lära av Janina. Men på bågskyttebanan bakom Stockholms Stadion fanns också världens främste manlige bågskytt, Hans Deutgen, som vann VM fyra gånger (1947-50). Här kan man snacka om miljö och påverkan från densamma. - Bara genom att titta på dem så lärde jag hur man skulle ta ut en skjutställning, spänna bågen och så vidare, förklarar Sigrid. Vi hade också Klas Lundin, som fått ge namnet på Bågskytteförbundets högsta utmärkelse i guld, han var ingen officiell tränare med han visade detaljer och gav många fina tips, berättar Sigrid.

SIGRID BÖRJAR TÄVLA

- Min första SM-tävling sköt jag 1948, då blev jag tvåa. Jag vann ingen viktig tävling förrän 1952 då vi hade direktuttagning till VM som skulle gå i Bryssel. -I VM blev jag fyra, berättar Sigrid. Vid detta VM dominerades herrklassen totalt av Sverige, Stellan Andersson vann för Bror Lundgren och en dansk. De övriga svenskarna var fyra, femma och sju (sjuan var Deutgen i hans sista VM).

En av anledningarna till de svenska framgångarna var att den svenska stålbågen var uppfunnen. Bågen var tekniskt bra, billig, delbar och lättskött. Den betydde mycket för sportens utveckling i vårt land. Sigrid minns också att förre FITA-presidenten Mrs Inger Frith var med och sköt, hon blev sist i VM. Mrs Frith var en tuff dam som ville ha stil kring bågskyttet. Hon var en av förgrundsfigurerna i kampen för att bågskytte åter blev en olympisk sport 1972.

Under åren 1954 - 58 bodde familjen Johansson i Skövde. Gunnar hjälpte sin pappa på tandläkarpraktiken och Sigrid var bågskytt och "hemmafru"! - Faktum är att jag tränade hårt under 50-talet. Barnen var med på banan eller i skolan när jag sköt. Jag tränade fysiken genom att gå 1 timma nästan varje dag och så sköt jag 3 timmar om dagen tisdag till lördag och tävlade under säsong på söndagarna. Inomhustävlingar fanns ännu inte.

Efter flera framskjutna placeringar (4:a, 13:e och 5:a) vid VM var Sigrid allt närmare en seger. Men VM 1957 gick i Prag och med den tidens öststatspolitik med VM på fel sida om järnridån ville Sigrid med USA-pass och boende i Sverige undvika trassel, så hon stannade hemma. USA deltog dock och tog hem allt, ungefär som koreanerna nuförtiden. Vid detta VM var det första gången man sköt vår nuvarande FITA-rond.

SIGRID I TOPP

Sigrid laddade det året upp på hemmaplan inför nästa VM som skulle gå redan följande år, 1958, och då i Bryssel. En av Sigrids idoler, Ann Corby (numera Ann Hoyt) var storfavorit. En mycket tuff uppgift för Sigrid att ta sig "ann". Sigrid har berättat om hur hon innan VM gick fram till Ann för att hälsa och berätta vem hon var. Men Ann var föga intresserad av att tala med Sigrid, som antagligen kände sig aningen överkörd. Vad skulle det ha för betydelse?

När VM började tog Ann ledningen direkt efter första 70 m. (dubbel FITA under 4 dagar gällde) och höll täten efter 60 m. och första dagens skjutningar.

Men dag två började Sigrid komma igång, hon tog in 22 p på 50 m. och ledde efter 30 m. med 2 poäng. Tredje dagen sköt Ann upp sig i ledningen igen på 70 m. och höll den igen över 60 m. Men trots att Ann sköt 38 poäng bättre på 50 m. (246 p) under avslutningsdagen, var Sigrid bättre med 261. Totalt inför 30 m. var ställningen 1.740 för Sigrid och 1.738 för



Ann. Sigrid vann VM-guld med poängen 2.053 (1.011 och 1.042) mot Anns 2.042. De låga resultaten berodde på att tävlingarna gick inne i ett stadion där vindarna snurrade på ett oberäkneligt vis. Efter detta VM måste FITA:s mästerskap hållas på öppna arenor med så rättvisa vindförhållanden som möjligt.

Stig Thysell vann herrklassen och därmed var det Sverige, som också erövrade herrlag-silver, som dominerade VM. Det kan växla snabbt! Ann Corby var sur efter förlusten och visste nu vem Sigrid var.

Efter VM fick Sigrid en hel del uppvaktningar och utmärkelser samt att media gjorde en hel del reportage. På den tiden skrev lokaltidningen i Västergötland något om Sigrid varje måndag efter varje tävling hon deltog i under söndagarna.

JAG HAR VISST OCKSÅ NERVER!

Fortsatta oregelbundna VM-år gjorde att VM skulle skjutas redan följande år och då i Stockholm. Jag minns det själv därför att jag var med och jobbade. Det var ett soligt och blåsig VM som i sin helhet sändes i TV! Sverige "bågskyttenationen", där man under timma efter timma kunde följa VM direkt! Uppmärksamheten var enorm på våra stjärnor.

Sigrid berättar att hon aldrig har varit så nervös, varken förr eller senare. Nu skulle Ann ta revansch och det inför hela svenska folket vid TV-apparaterna. - Vilken kamp jag hade med mig själv, berättar Sigrid, nervositeten ville aldrig släppa. Ann tog ledningen direkt och fick efter 60 m. sällskap av sin landsmaninna Lucille Shine. De två var i topp till tredje tävlingsdagens början då Sigrid pressade sig förbi Lucille och tog silver.

Sigrid menar att den medaljen var en större prestation än guldets året innan. Då, som alltid annars, var det bara att ställa sig och skjuta, inga nervproblem.

Men VM i Stockholm 1959, den tävlingen glömmer Sigrid aldrig av flera skäl. - Efter 1959 blev jag aldrig mer nervös, berättar Sigrid. Ann fick sin revansch och balans inträdde mellan de båda mästarrinnorna, de blev goda vänner och har under åren även haft professionella kontakter genom att Sigrid jobbat med bågskyttemateriel hos Björn Bengtson AB.

Ann jobbade först på Robin Hood, en amerikansk återförsäljare, och senare hos Hoyt efter äktenskap med Earl Hoyt jr.

- Senast jag talade med Ann var vid VM i Victoria, Kanada, 1997, säger Sigrid. Jag frågade då om de pratade om gamla minnen. Men det skulle jag aldrig ha gjort. - Vi pratade förstås om vad vi presterar idag. Vi siktar framåt inte bakåt! Replikerade Sigrid blixtnabbt!

- Vid den första EM-tävlingen 1968 blev jag trea, bronsmedalj. Då var jag hela 53 år berättar Sigrid med glad röst. I lag blev vi också trea.

VEM KAN GÖRA OM SIGRIDS PRESTATION?

TVå individuella VM-guld i tavelsskytte har Sverige erökrat i damklassen. År 1935 vann Ina Catani det första VM-guldet till Sverige i Bryssel och Sigrid det andra i samma stad. Det ska tydligen gå ett VM i Bryssel för de svenska flickorna. Intressant är att man vid VM 1935 hade man sk "shoot off", finalskjutningar, litet annorlunda jämfört med idag, men ändå.

De svenska herrarna har 10 individuella VM-guld 1934, -36, -47, -48, -49, -50, -52 -53, -55 och -58. Det är alltså 41 år sedan Sverige senaste hade en världsmästare i tavelsskytte.

Vem av våra flickor ska följa Sigrid och ta en individuell guldmedalj vid VM i tavel? Ni kan om ni vill! För att nå framgång bör vi lära av dem som lyckats. Även om det är några år sedan Sigrid vann, har vi mycket att lära av henne om hur det ska gå till.

Månadens reportage

Under många år har Sigrid varit med i den absoluta eliten. Men under många år har hon också motionsskjutit för att hålla kontakten med sporten och för att just få motion. - Mina muskler i armarna är svagare idag, men med ryggen orkar fint. Det är litet jobbigt, men jag orkar skjuta 60 pilar under en tävling. Ögonen är väl också svagare nu för tiden, men jag vill vara med, säger Sigrid, som aldrig verkar vilja sluta att skjuta med sin båge.

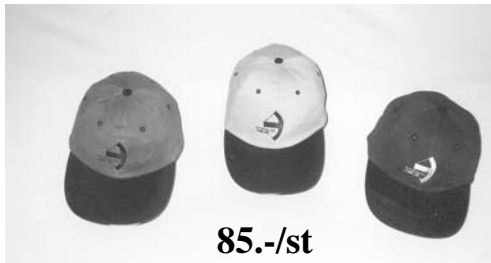
Sigrid har inga pärmar med tidningsurklipp, hon har några lådor på vinden med sådant som skrevs "då". Men hur är det med prissamlingen? - Några fina pokaler har jag framme, resten finns i lådor, liksom mina VM-medaljer. De har jag gömt undan, därför att vi hade inbrott hemma och tjuvarna tog alla medaljer och nästan alla priser. Men som tur var stoppade polisen en stulen bil och där fanns mina priser, som alltså är tillbaka. Det var ren tur att jag fick allt tillbaka, suckar Sigrid. Media uppmärksammade just den här stölden. Den publiciteten kan ha bidragit till att priserna fanns kvar.

KONCENTRATIONEN EN VIKTIG FAKTOR

Sigrid var under sin elittid något av ett koncentrationsfenomen på banan, hon hade en enkel och effektiv skjutstil, hon sköt och skjuter utan klicker, hon gav aldrig upp i de stora tävlingarna och hon klarade av att genomföra sin uppgift även om det var tufft för psyket. Många mästare har beskrivit detsamma, att de trots att det varit mentalt tufft så har man jobbat sig igenom tävlingen steg för steg ändå.

Jag har haft nöjet att vara arbetskamrat med Sigrid under många år, dessutom suttit i samma styrelse, SBF:s under många år, Sigrid var kassör. Sigrid har alltid haft intresset och viljan att göra ett bra jobb. Aldrig har hon gnällt över att det varit jobbigt. Det som vi vanliga brukar göra titt som tätt. Sigrid är en mycket fin förebild för alla bågskyttar. ■

SBF försäljning



85.-/st



95.-/st

SBF's fickalmanacka A6-format

Bågskyttepresentation i
text & bild samt 1999-års
Tävlingskalender.

50:-



PPRISLISTA

1 st	T-shirt	95 kr
1 st	Keps	85 kr
2 st	Kepsar	150 kr
2 st	T-shirts	150 kr
1 st	T-shirt + keps	150 kr

Storlekar: T-shirt S . M . L . XL . XXL
Färger Kepsar Svart, Grå, Brun

Tel: 011 - 311 036
Fax: 011 - 313 121
E-mail: fjodor@swipnet.se

Mer om mat för en hel dag

I förra numret av Bågskytten tittade vi på en frukost med energiinnehåll nog för normalträning ungefär 3-4 gånger i veckan. Nu är det dags för energiåtgången under en hel dag (ca: 14000 kJ). Sammanställningen är även den här gången framtagen av Marianne Fredriksson, Kostchef på Vadstena Kommun.

Meningen är inte att hela livet skall rutas in i ett schema och att du skall äta efter tabell. Meningen är att känna igen bra mat såväl i rätt mängd som i rätt sammansättning. Nyckelordet i det sammanhanget är variation.

Så småningom kommer vi att hamna i diskussionen om ”kosttillskott” som är ett KOMPLEMENT till det du vanligtvis äter. Det handlar inte om ”bara för eliten” utan vad du utsätter din kropp för. Motionären däremot behöver aldrig kosttillskott.

Gullimar Åkerlund, förbundskapten för juniorlandslaget:

- **Hur fungerar kostrådgivningen inom förbundet?**
- Vi informerar dels i regionsgrupperna och på juniorlandslagsläger om kost. Vad som är bra, som man skall använda och sådan som man skall hålla sig ifrån. Kunnande får vi genom egenstudier i olika böcker i ämnet.
- **Hur mycket kan skyttarna om kosten och sina egna behov i förhållande till sin träning?**
- Skyttar i seniorlandslaget får kontinuerligt utbildning och blir därför mera kunniga eftersom juniorlandslaget får sitt kunnande genom den information som jag eller annan ledare ger på läger och under tävlingar. Jag tycker att många av landslagsskyttarna har en klar bild av sitt behov.
- **Om du som förbundskapten fick bestämma hur skulle då den här biten tillgodoses.**
- Jag försöker få utbildning för att kunna föra ner detta till juniorlandslaget.

Tomas Johansson, Förbundskapten för seniorlandslaget:

- Thomas Lindholm från Bosön har hållit i flera utbildningar, gjort kostanalys och även varit med på tävlingar och mätt blodsockerhalten under en tävlingsdag. Så inom det olympiska laget fungerar det väldigt bra. Alla skyttar i den gruppen kan det här med kost mycket bra, men sedan är det upp till var och en att hantera det.

Frukost

Mängd	Enhet	Namn
2	port	Havregrynsgröt
200	g	Mellanmjölk
35	g	Äppelmos, lättsöckrat
50	g	Grovt bröd, vete+råg
20	g	Bregott, margarin, 10% fleromättat fett.
20	g	Skinka, rökt, 6% fett.
20	g	Leverpastej, skivbar, 26% fett.
25	g	Paprika, gul
35	g	Gurka
1	port	Ägg, kokt
5	g	Kaviar, rökt
200	g	Apelsin

Mellanmål

Mängd	Enhet	Namn
200	g	Banan
150	g	Te, bryggt
5	g	Socket

Lunch

Mängd	Enhet	Namn
1,5	port	Köttfärssås
140	g	Makaroner, spagetti
30	g	Ketchup
60	g	Pizzasallad
30	g	Morot
200	g	Mellanmjölk
24	g	Knäckebröd
10	g	Bregott, margarin, 10% fleromättat fett.

Mellanmål

Mängd	Enhet	Namn
150	g	Te, bryggt
5	g	Socket
12	g	Knäckebröd
5	g	Bregott, margarin, 10% fleromättat fett.

Middag

Mängd	Enhet	Namn
200	g	Fiskpinnar av torsk
1,5	port	Spenatstuvning
1,5	port	Potatis, kokt
60	g	Salladsgrönsaker
150	g	Mellanmjölk
35	g	Citron

Kvällsmål

Mängd	Enhet	Namn
150	g	Te, bryggt
25	g	Vitt bröd, ca 3% fiber, franska
5	g	Bregott, margarin, 10% fleromättat fett.
30	g	Apelsinmarmelad, lättsöckrat

Junior Trofé



1998

Text: Henry Jonson

SLUTREDOVISNING-98

Den 22 januari 1999 har vi resultat i Yngre Junior Trofé 1998 från 147 tävlingar, men saknar resultat från 10 tävlingar (se nedan) där det borde varit deltagare i någon 13-klass.

Detta är den sista redovisningen av 1998 års Yngre Junior Trofé, intresserade hänvisas till hemsidan på Internet där också individuella resultat kommer att visas.

1	BS Grästorp	23	236	778
2	Säters IF	6	69	233
3	Sundsvall/Ortvikens BK	6	90	172
4	Grimslövs AIF	7	61	156
5	Umeå BK	6	38	145
6	BS Gothia	6	35	134
7	BK Gripen	3	29	133
8	Alingsås BK	9	39	126
9	Korsnäs IF	9	42	121
10	BK Göta Lejon	4	25	118
11	Tranås BSK	8	38	115
12	Stocka BK	3	36	113
13	Eskilstuna BS	9	48	110
14	Remsle UIF	4	36	106
15	Kiruna BK	10	39	80
16	Huskvarna BK	3	28	79
17	Finspångs BK	1	14	78
18	Timrå AIF	3	18	76
19	IF Karlsvik	3	19	74
20	BK Pantern	2	22	72
21	Vetlanda BSK	11	33	66
22	Igelboda BK	2	18	62
23	Västerviks BK	3	16	60
	Frösö CPK	6	22	60
25	Södertälje BF	5	20	56
	Skövde BK	6	20	56

27	Rejmyre BK	4	25	54
28	Skallsjö BG	10	32	53
29	Borås BS	2	16	52
	BK Siljanspilen	3	17	52
31	Söderhamns BK	3	17	51
32	Karlstads BK	5	15	49
33	Åtvidabergs BK	5	15	48
34	BK Dalpilen	6	21	46
35	Luleå BS	4	20	45
	Järnvägens IF Hallsberg	5	22	45
37	Vollsjö BK	3	13	44
38	Bodens BKP	4	15	42
39	Bollnäs BK	3	15	37
40	BS Kil	4	15	34
41	BSK Sturarna	9	23	33
42	Lindome BK	7	19	31
43	Tyresö BS	5	14	30
44	Styrsö BK	2	8	28
	Mjölby BS	2	11	28
46	Älvenäs BK	4	14	27
	Svärdsjö IF Vasapilen	4	18	27
48	Skurups BK	5	18	26
49	Långsele IF	2	8	25
50	Västerås BK	2	14	24
51	Kristianstads BK	2	7	22
	Trelleborgs BK	2	15	22
	BK Danapilen	4	8	22
	Östersunds BK	7	11	22
55	Arnbågens BK	2	12	20
	Skellefteå BK	3	13	20
	Piteå BK	6	16	20
58	Angereds BS	1	5	19
59	Rembo IK	2	9	18
	Västbo BK	2	12	18
61	Kungsängens BK	2	3	16
	Halmstads BK	4	6	16
63	Stallarholmens BK	1	5	15
	Uddevalla BK	3	6	15
65	BK Unga Örnar	1	3	14
	BS Vaggeryd	2	9	14
67	Arvika BK	1	4	12
	Värmdö BK	3	7	12
69	Trollhättans BK	2	5	10
70	Upplands Väsby BK	2	6	9
71	Ljungsbro BK	4	7	8
72	Örnsköldsviks BSK	1	1	7
	Kungälv BK	2	2	7
	Långträsk BK	3	3	7
75	Kumla BK	1	2	5
	Nynäshamns BK	1	4	5

	Skokloster BK	1	5	5
	Falkenbergs BK	3	5	5
79	BSK Nimrod	1	2	4
	Haninge HIK	1	2	4
	Satserups GF	1	2	4
	BK Vildkaninen	3	3	4
	Karlskrona BK	3	3	4
84	Arboga BK	1	1	3
	BK Fjädern	1	1	3
	BSK Ånge	1	1	3
	IF Ulvarna	1	1	3
	Stockholms BK	1	1	3
	Skogens IF	2	3	3
90	BK Björnen	1	1	2
	BK Falken	1	2	2
	Helsingborgs BK	1	2	2
	Tjörns BK	1	2	2
	Linköpings BK	2	2	2
95	BSK Gladsax	1	1	1
	BSK Hudik	1	1	1
	Hässleholms BK	1	1	1
	Sunne BK	1	1	1
		355	1720	4747

Tävlingar där resultat saknas:

3D 980808 Björnen Inkas	Ljungby
DM Östra Svealand tavla 980829	Nyköpings BK
DM Norrbotten Jakt & Fält 980906	BSK Nimrod
Finspångsjakten 980906	Finspångs BK
Höstträffen 980926	Bodens BK
Ungdomspilen 981003-04	Skurups BK
Dacke träffen 981107	Dackes BSP
Tjörnpilen 981108	Tjörns BK
12 metern 981121	Finspångs BK
Julosten 981227	Motala BK

På uppdrag av
Västergötlands Bågskytteförbund
 Inbjuder
 Bågskyttarna Grästorp
 till

DM inomhus

Lördagen den 27 mars 1999-02-04

Separat inbjudan till berörda föreningar.

SBF's Yngre

Junior Trofé



1999

START 1999

Text: Henry Jonson

Här startar redovisningen av Yngre Junior Trofé 1999. Den 24 januari har vi resultat från tre tävlingar som ger nedanstående ställning. Men kan mycket hända innan året är slut. Så ut och tävla och ge din förening en framstående ställning i Yngre Junior Trofé 1999. Lycka till.

<u>Plac</u>	<u>Förening</u>	<u>Tävlande</u>	<u>Starter</u>	<u>Poäng</u>
1	Säters IF	7	11	33
2	BS Grästorp	7	7	29
3	Korsnäs IF	3	5	16
4	BSK Sturarna	5	5	13
5	Alingsås BK	2	2	10
	Arvika BK	3	3	10
	Vollsjö BK	3	3	10
	Karlstads BK	4	4	10
9	Lindome BK	2	2	8
	BK Pantern	3	3	8
11	BK Unga Örnar	1	1	7
	BK Göta Lejon	1	2	7
13	Grimslövs AIF	2	2	6
	BK Dalpilen	3	3	6
	Älvenäs BK	3	3	6
16	Västerås BK	1	1	5
	Armbågens BK	3	3	5
	Svärdsjö IF Vasapilen	4	4	5
19	Vetlanda BK	1	1	4
	Kristianstads BK	2	2	4
	Rembo IK	2	2	4
	Skurups BK	2	2	4
23	BK Fjädern	1	1	3
	Järnvägens IF	2	2	3
25	BS Kil	2	2	2
	Trelleborgs BK	2	2	2
27	Skallsjö BG	1	1	1
		72	79	221

Julosten

90 trotsade vädret



Ett 90-tal skyttar hade lockats till Vadstena och årets upplaga av Julosten. Nytt för i år var matchspelet enligt en något förändrad Face-to-Face modell.

Det hotande snökaoset var det ändå påfallande få föreningar som inte kunde komma. Kil och Igelboda var dom enda som klokt undvek att ge sig ut. Annars var det ett ganska starkt startfält med skyttar som Jonas Andersson, Gripen, Mix Haxholm, Finspång, och bröderna Ottosson, Västervik bara för att nämna några. I compoundklassen var det många namnkunniga skyttar och ett tufft motstånd.

Nytt för i år var att vi ville pröva hur matchskytten fungerade inomhus. Att det fungerar hur bra som helst utomhus vet vi från Lindomes tävling. Problemet är egentligen bara tidsåtgången där vi fick korta ned antalet serier i matcherna och begränsa antalet skyttar i kvarten till de 8 bästa i varje klass och de 4 bästa till semifinalen. För att alla skulle få skjuta så mycket som möjligt delade vi efter de inledande 30 pilarna in skyttarna i en A- och en B-steg. Det hela tog ändå för lång tid och fungerade i övrigt hjälpligt.

Efter att ha bevistat såväl den Holländska Face-to-Face tävlingen och Lindomes motsvarighet som går under midsommarhelgen törs jag nog påstå att tävlingsformen är väldigt spännande och publikvänlig. Den borde arrangeras oftare men det gäller att korta ned väntetiderna.

RESULTAT I FINALEN

COMPOUND		Grund	Kvart	P	Semi	P	Final
PL.Namn	Klubb	287	258	5	259	6	115
1 Mikael Ekholm	Kungsängens BK	289	257	4	256	3	114
2 Mikael Heijel	BK Göta Lejon	287	257	4	258	2	
3 Johny Ekeflo	Tranås BSK	286	251	4	251	1	
4 Anders Hellman	Åtvidabergs BK	289	260	3			
5 Kjell Eriksson	Linköpings BSK	290	256	3			
6 Christer Karlsson	Lindome BK	287	253	1			
7 Sören Heijel	BK Göta Lejon	286	253	0			
8 Peder Ekeflo	Tranås BSK	284	257	3	256	4	
9 Pernilla Fransson	Lindome BK						

FRISTIL

1 Jonas Andersson	BK Gripen	274	255	4	241	3	115
2 Mix Haxholm	Finspångs BSK	285	250	6	256	5	112
3 Per Bengtsson	Linköpings BSK	285	256	5	254	2	
4 Magnus Bengtsson	Finspångs BSK	278	241	?	242	1	
5 Magnus Carlsson	Trelleborgs BSK	277	240	3			
6 Linda Johansson	BK Friskyttarna	272	239	?			
7 Arne Hautamäki	IK Östervik	274	229	0			
8 Leif Andersson	BK Göta Lejon	279	227	?			
9 Anders Carlsson	Trelleborgs BSK	268	244	4	243	4	

KLASSISKT

1 Stig Bergström	Nyköpings BSK	275	160	2	251	4	110
2 Martin Ottosson	Västerviks BK	287	258	6	252	6	108
3 Lars Ekelund	Linköpings BSK	247	145	2	220	2	
4 Markus Ottosson	Västerviks BK	258	224	4	207	0	
5 Daniel Karlsson	Rejmyre BSK	217	116	2			
6 Matti Hiltunen	Motala BSK	246	214	2			
7 Fredrik Anckarman	Huskvarna BK	174	186	0			

DF13

1 Josefin Gustafsson	Huskvarna BK	508
----------------------	--------------	-----

DK10

1 Emma Rydén	Rejmyre BSK	463
--------------	-------------	-----

HCK10

1 Johan Skogh	Åtvidabergs BSK	405
---------------	-----------------	-----

2 Viktor Pettersson	Mjölby BS	351
---------------------	-----------	-----

HF13

1 Krister Green	Ljungsbro BSK	508
-----------------	---------------	-----

Långbåge

1 Svante Johansson	Åtvidabergs BSK	529
--------------------	-----------------	-----

1 Mattias Ottosson	Västerviks BSK	520
--------------------	----------------	-----

2 Victor Wetterblad	Västerås BK	505
---------------------	-------------	-----

3 Tobias Heintze	Rejmyre BSK	477
------------------	-------------	-----

4 Daniel Rydén	Rejmyre BSK	406
----------------	-------------	-----

HK10

1 J Hjalmarsson	Motala BSK	494
-----------------	------------	-----

2 Andreas Eklund	Motala BSK	490
------------------	------------	-----

3 Patrik Lundholm	Motala BSK	478
-------------------	------------	-----

4 Hannes Krusell	Motala BSK	466
------------------	------------	-----

5 Alexander Näppi	Rejmyre BSK	446
-------------------	-------------	-----



JULOSTEN MOTALA BSK

Upplägg

Grundrond: 1x30 pil

Kvartsfinal: 8 bästa/klass

4 skyttar/pool

3x3 pil/match

Semifinal: 4 bästa/klass

4 skyttar/pool

3x3 pil/match

Final: 1 & 2/klass

4x3 pil

De 9 främsta i varje klass får pris
övriga placeras på samma plats.

CARBONTECH

CT Rhino

CarbonTech presenterar ett helt nytt lindat kolfiberskaft, det kompletteras med invändiga spetsar och nockar. Det är precis som sin namne -Rhino- noshörningen oerhört tufft och hållbart skaft för fält och 3D.

Skaftstorlek	Spine	grain per tum
285	500	8.7
300	400	9.9
315	350	11.0

Används
av elitskytten:
Peter Rasmussen

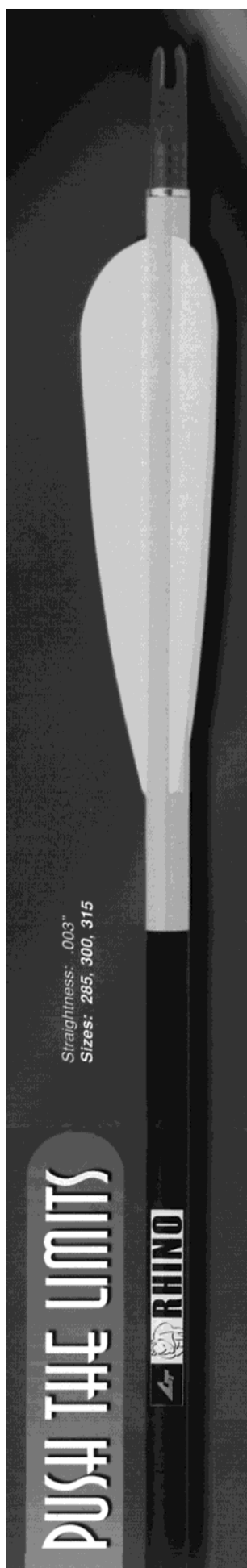
Vi ses på
Inomhus SM

CT Royal

CarbonTech lanserade för ett par år sedan ett pultrerat 100% kolfiberskaft, det garanterar 001" rakhet, ett smalt kolfiberskaft för CarbonTech presenterar ett helt nytt lindat kolfiberskaft, det kompletteras med utvändiga trimmbara spetsar och nockar. Ett fantastiskt skaft för tavla och fält.

Skaftstorlek	Spine	grain per tum
180	1070	5.87
188	900	6.63
196	800	7.30
210	600	8.06
220	500	8.90
230	410	9.75
240	340	10.65

Svenska Representanter:
Scandinavian Bowhunting 08-710 10 71 Fax 740 24 24
masmovägen 23, 143 32 Värby



Ranking & Rekord

5	Jörgen	Blomquist	Eskilstuna BS	561
6	Leif	Olsson	Lindome BK	561
7	Thomas	Mauritsson	BK Gripen	560
8	Tomas	Mauritsson	BK Gripen	560
9	Gunnar	Olsson	BS Kil	559
10	Sören	Karlsson	Arboga BK	559
11	Eigeil	Bygdell	Sundsv/Ortv BK	558
12	Erik	Karlsson	Finspångs BK	558
13	Wallis	Fahlberg	IF Karlsвик	557
14	Börje	Morén	Skellefteå BK	555
15	Bozze	Karlsson	Arboga BK	554
16	Hans	Sanne	Kungälv BK	554
17	Gert	Friberg	Trelleborgs BK	553
18	Nils-Göran	Spjut	BK Göta Lejon	553
19	Ben	Elwing	Västbo BK	552
20	Åke	Nilsson	BK Pantern	552
21	Torsten	Hultgren	Sundsv/Ortv BK	551
22	Torulf	Claesson	BSK Uven	550
23	Karl-G	Dahlqvist	IF Ulvarna	546
24	Sven	Rundqvist	Sunne BK	546
25	Per-Olov	Palm	Umeå BK	546
26	Rolf	Petersson	Ronneby BF	545
27	Gösta	Emanuelsson	BK Friskyttarna	544
28	Bengt	Åkerlund	Timrå AIF	543
29	Anders	Palm	Sandvikens BK	542
30	Sune	Appelqvist	Skogens IF	541

HERRAR COMPOUND, 40. Res

1	Gillvard	Norlin	BS Kil	578
2	Leif	Malm	BS Kil	578
3	Olle	Ernstsson	Korsnäs IF/BK	577
4	Hannu	Kemppainen	BS Gothia	577
5	Mikael	Ekholm	Kungsängens BK	575
6	Ronney	Sahlberg	BSK Sturarna	575
7	Christer	Karlsson	Lindome BK	575
8	Sören	Heijel	BK Göta Lejon	572
9	Bert-Olov	Petersson	Sundsv/Ortv BK	570
10	Bo	Persson	Skogens IF	570
11	Kenneth	Andersson	BK Friskyttarna	569
12	Kent	Danielsson	Korsnäs IF/BK	568
13	Lars	Berglund	Karlstads BK	563
14	Tomas	Gustavsson	BK Vildkaninen	563
15	Eigeil	Bygdell	Sundsv/Ortv BK	562
16	Mats	Engström	IF Karlsvik	562
17	Leif	Ohlsson	Lindome BK	562
18	Jonny	Lind	Dackes BSP	561
19	Dragan	Patic	Kungsängens BK	560
20	Lars	Brusell	Stocka BK	560
21	Bent	Byberg	Göteborgs BK	559
22	Lars	Karlsson	Arboga BK	558
23	Yngve	Ivarsson	Vollsjö BK	558
24	Rolf	Andersson	Skövde BK	557
25	Kent	Eriksson	Sundsv/Ortv BK	556
26	Lennart	Nordström	Karlstads BK	554
27	Mats	Nilsson	BK Göta Lejon	554
28	Nils-Göran	Spjut	BK Göta Lejon	554
29	Mikael	Boberg	Skallsjö BG	552
30	Jim	Westring	Lindome BK	551

HERRAR COMPOUND, 19 Res

1	Peter	Andersson	BK Gripen	594
2	Björn	Andersson	BSK Sturarna	591
3	Morgan	Lundin	Lindome BK	590
4	Peter	Rasmusson	Lindome BK	590
5	Per	Karlsson	Karlstads BK	586
6	Dan	Södersten	Karlstads BK	585
7	Kjell	Eriksson	Linköpings BK	585
8	Anders	Malm	BS Kil	584
9	Per-Johan	Spång	BSK Iggesund	584
10	Christer	Paulsson	Hässleholms BK	584
11	Mats	Palmér	Lindome BK	584
12	Bo	Staaif	Östersunds BK	583
13	Magnus	Spång	BSK Iggesund	583
14	Jari	Hjerpe	BSK Sturarna	582
15	Torbjörn	Johannesson	Västerås BK	582
16	Ove	Gunnarsson	Kumla BK	581
17	Andreas	Norén	Igelboda BK	579
18	Jonas	Fransson	Lindome BK	579
19	Marcel	Polan	Angereds BS	579
20	Anders	Grönberg	BSK Sturarna	578
21	Anders	Ohlsson	Lindome BK	577
22	Linus	Sparlund	BS Grästorp	577
23	Anders	Norén	Igelboda BK	576
24	Leif	Malm	BS Kil	576
25	Ronny	Sahlberg	BSK Sturarna	576
26	Sven	Engström	BSK Sturarna	576

27	Tommy	Andersson	BK Friskyttarna	576
28	Jonas	Hjort	Östersunds BK	575
29	Gregor	Hultqvist	BS Grästorp	575
30	Mikael	Spetz	Angereds BS	575

HERRAR COMPOUND, 16 Res

1	Jimmy	Åhs	Trollhättans BK	581
2	Ulf	Almqvist	Trollhättans BK	575
3	Christian	Nilsson	BK Göta Lejon	574
4	Mikael	Heijel	BK Göta Lejon	573
5	Robert	Karlsson	Umeå BK	572
6	Anders	Olsson	Lindome BK	566
7	Christian	Jonsson	IF Karlsvik	565
8	Per	Johansson	Resele IF	556
9	Håkan	Lindqvist	Långsele IF	555
10	Mikael	Ernqvist	IF Karlsvik	555
11	Johannes	Grym	Sunne BK	553
12	Martin	Boberg	Skallsjö BG	551
13	David	Eriksson	BS Kil	550
14	Andreas	Öhman	Lindome BK	550
15	Tobias	Johansson	Ö-viks BSK	548
16	Daniel	Viktorsson	Ljungsbro BSK	545
17	Magnus	Djurberg	Sunne BK	533
18	Mikael	Simonsson	Skogens IF	531
19	Johan	Lindqvist	Eskilstuna BS	527
20	Patrik	Andersson	BK Dalpiolen	521
21	Carl	Blomqvist	Eskilstuna BS	518
22	John	Borndalen	Armbågens BK	515
23	Christian	Knutsson	Kumla BK	513
24	Magnus	Mosén	BK Gripen	505
25	Patrik	Asp	Bollnäs BK	469

DAMER COMPOUND, 50 Res

1	Ingrid	Friberg	Trelleborgs BK	545
2	Inger	Ohlsson	Lindome BK	522
3	Gunilla	Engström	BK Mohican	505

DAMER COMPOUND, 40 Res

1	Bodil	Elg	BS Vaggeryd	525
2	Inger	Ohlsson	Lindome BK	518
3	Eva	Käck	BK Dalpiolen	514
4	Irene	Pavlicic	Satserups GF	514

DAMER COMPOUND, 19 Res

1	Helena	Hammar	Borås BS	580
2	Ulrika	Sjöwall-Höijer	Ålvenäs BK	574
3	Pernilla	Fransson	Lindome BK	571
4	Anna	Sundberg	IF Karlsvik	567
5	Ann-Kristin	Nilsson	IF Karlsvik	566
6	Jennie	Sternér	BS Grästorp	563
7	Christa	Bäckman	IF Karlsvik	562
8	Kajsa	Bogstedt	Södertälje BF	560
9	Eva	Hammar	Resele IF	560
10	Aina	Sköld	Rejmyre BSK	560
11	Sara	Edman	Tranås BK	556
12	Terese	Andersson	BK Friskyttarna	556
13	Jenny	Eriksson	Linköpings BK	554
14	Åsa	Bohlin	Mjölby BS	554
15	Susanne	Patic	Kungsängens BK	553
16	Linda	Ekeflo	Tranås BSK	553
17	Anette	Friberg	Kristianstads BK	545
18	Maria	Karlsson	Rejmyre BSK	538
19	Lena	Eriksson-B	Sundsv/Ortv BK	537
20	Inger	Friberg	Trelleborgs BK	533
21	Gunilla	Engström	BK Mohican	522
22	Ingrid	Bäckström	BSK Sturarna	520
23	Anita	Tinglerth	Linköpings BK	517
24	Marie	Kallin	BK Danapilen	513
25	Mariana	Karlsson	Arboga BK	502
26	Irene	Pavlicic	Satserups GF	493
27	Angelica	Koch	Armbågens BK	457
28	Ingrid	Olofsson	BSK Sturarna	442

DAMER COMPOUND, 16 Res

1	Linda	Ekeflo	Tranås BSK	562
2	Sara	Edman	Tranås BK	551
3	Kajsa	Bogstedt	Södertälje BF	545
4	Hanna	Janeke	Huskvarna BK	514
5	Angelica	Koch	Armbågens BK	494

HERRAR KLASSISKT 50 Res

1	Arne	Kihlberg	Angereds BS	488
---	------	----------	-------------	-----

2	Rolf	Arvidsson	BS Gothia	484
3	Karl-Erik	Lindgren	Korsnäs IF/BK	458
4	Bernt	Blomqvist	Rembo IK	360

HERRAR KLASSISKT 40 Res

1	Stig	Bergström	Nyköpings BK	547
2	Charlie	Modigh	Lindome BK	534
3	Jean	Svensson	Karlskrona BK	515
4	Alf	Johansson	BK Vildkaninen	509
5	Matti	Hiltunen	Motala BK	507
6	Zeljko	Djurasevic	BS Gothia	506
7	Anders	Gustavsson	Lindome BK	504
8	Lollo	Sköld	Bålsta BSS	502
9	Bosse	Hellmark	Angereds BS	502
10	Rolf	Arvidsson	BS Gothia	495
11	Uwe	Koch	Armbågens BK	484
12	Bjarne	Tjurst	Bålsta BSS	474
13	Arne	Kihlberg	Angereds BS	469
14	Jan-Erik	Lundin	Lindome BK	468
15	Bozze	Karlsson	Arboga BK	467
16	Anders	Månsson	BK Pantern	467
17	Björn	Jonasson	Bålsta BSS	460
18	Per	Sonestedt	BK Tellus	456
19	Hans G	Feldtman	Rembo IK	433
20	Gunnar	Spetz	Angereds BS	432
21	Kjell	Ström	Karlskrona BK	432
22	Jan	Petersson	Umeå BK	427
23	Kenneth	Gustavsson	Lindome BK	424
24	Göran	Wetterholm	Bålsta BSS	381
25	Ingvar	Solid	Armbågens BK	288
26	Harald	Danielsson	Eskilstuna BS	228

HERRAR KLASSISKT 19 Res

1	Erik	Jonsson	Rembo IK	571
2	Martin	Ottosson	Västerviks BK	566
3	Mattias	Larsson	BS Grästorp	551
4	Fredrik	Samuelsson	Tjörns BK	545
5	Tony	Odelstrand	Kungsängens BK	544
6	Erik	Hjort	Sätters IF	543
7	Daniel	Lindh	BK Vildkaninen	543
8	Niklas	Karlsson	BS Gothia	538
9	Jonas	Skögsbergs	Sätters IF	534
10	Claes	Jonsson	Borås BS	532
11	Charlie	Modigh	Lindome BK	531
12	Håkan	Hallgren	Rembo IK	523
13	Stig	Bergström	Nyköpings BK	516
14	Per	Edling	Kungsängens BK	512
15	Rolf	Arvidsson	BS Gothia	512
16	Håkan	Lundberg	BS Grästorp	511
17	Jan-Åke	Åkesson	BK Pantern	511
18	Hans	Danielsson	Sätters IF	508
19	Hartmut	Ziplies	IF Ulvarna	506
20	Anders	Gustavsson	Lindome BK	506
21	Gonzalo	Irigoyen	BSK Uven	497
22	Matti	Hiltunen	Motala BK	497
23	Jari	Janatuinen	Kungsängens BK	495
24	Zeljko	Djurasevic	BS Gothia	494
25	Jimmy	Åhs	Trollhättans BK	491
26	Peter	Fjällgård	Rumskulla GOLF	490
27	Björn	Tollesby	Kungsängens BK	485
28	Markus	Ottosson	Västerviks BK	485
29	Nils	Bengtsson	Sätters IF/BK	477
30	Anders	Månsson	BK Pantern	472

HERRAR KLASSISKT 16 Res

1	Dan	Björklund	BK Gripen	505
2	Olof	Zschaeck	BS Gothia	490
3	Nils	Bengtsson	Sätters IF/BK	480
4	Kaj	Sjöberg	Alingsås BK	472
5	Johan	Renman	Frösö CPK	297

DAMER KLASSISKT 19 Res

1	Inger	Johansson	BK Vildkaninen	519
2	Annika	Olander	Stallarholms BK	504
3	Anna	Carlgren	BSK Järven	476
4	Berit	Skeberg	Vetlanda BK	464
5	Christa	Bäckman	IF Karlsvik	456
6	Ida	Lundqvist	BS Grästorp	456
7	Sara	Arvidsson	BS Gothia	445
8	Jane	Blomqvist	Eskilstuna BK	424

LAGERRENSNING!

Under mars/april kommer vi att fräscha upp Butiken i Gamla Stan och passar då på att "rensa" lagret.



Bland specialerbjudanden kan nämnas:



Easton-skaft

		ordinarie pris
X10-skaft	170.-	(230.-)
ACE-skaft (A-Serie)	100.-	(172.-)
XX75 ULTRALite (1611-1912)	20.-	(34.-)
XX75 Guld	20.-	(34.-)
X7 Blå/Svart m. kona (kan kompletteras med bushing)	20.-	(43.-)



Strängmaterial

FastFlite / vitt & svart	340.-	(410.-)
Dacron B50/B66; vitt	80.-	(110.-)



Sikten

Super m. micro	350.-	(610.-)
ProGold u. micro	200.-	(410.-)
Martin Club m. fästplatta	80.-	(130.-)
Arten Standard	40.-	(80.-)



Compoundväskor

Neet 52" / mjuk m. 2 fickor	490.-	(750.-)
Neet 52" / mjuk m. 1 ficka	240.-	(460.-)
Hoyt / mjuk f. 2 bägar	790.-	(1,400.-)
Hoyt / mjuk f. 1 bäge	490.-	(800.-)



Tillbaka till den ursprungliga BGEgen!

LCEngbCEge fiCEn **SAMICK**

SLB 69R

LŠngd: 69Ó

Styrkor: 25,30,35,40,45 Ibs

TrŠkŠrna av valnšt eller aka-
cia med tranparent glasfiber-
laminat som ger en kŠnsla av
ren trŠbCEge!

1,900.-

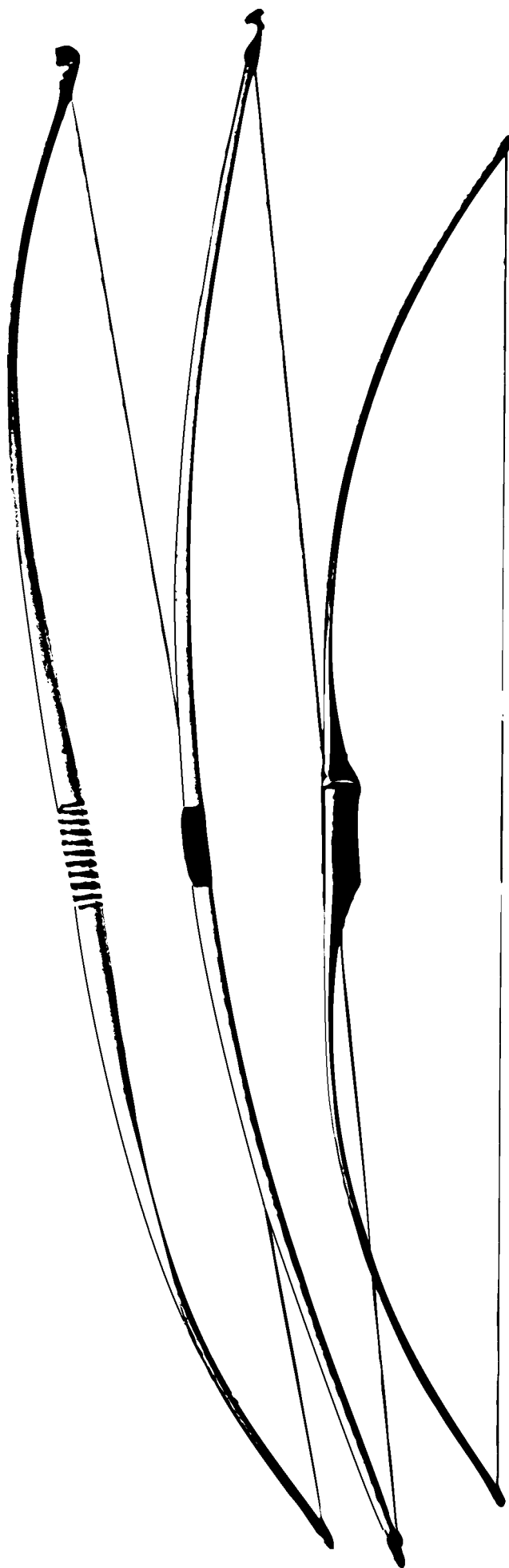


Allt fšr BGEgskytte É

B•GAR & PILAR

BGEgskyttespecialisten AB

TriewaldsgrŠnd 3 ¥ 111 29 STOCKHOLM
Tel:08-21 91 68 ¥ Fax: 08-20 46 20



Om Bow Pro Open 1999

Text: Lennart Andersson, BK Gripen

För andra året sköts Bow Pro Open i Kombihallen Malmö och drog nytt deltagarrekorde med 157 startande skyttar. Med de flesta från vår elit och från våra vänner i Danmark.

I grundskjutningen så visade Magnus Petersson Lindome att han har hittat tillbaks till sin finna form och sköt här 594p, tvåa blev Jonas Andersson från Gripen med 584p, trea Göran Bjerendal Lindome med 582p och fyra Glen Linsjö Trelleborg med 574p. I damklassen sköt Petra Ericsson Lindome 560p och tvåa här blev Camilla Bjerendal Lindome med 557p, trea Anette Elgemar Skogens IF med 552p och fyra Pethra Petersson Skogens IF med 528p. Dessa till final.

I herrar comp. Hade en av Danmarks bästa kommit för att ge våra Svenska killar en match och här tog Tom Henriksen Roskilde hem segern med 586p men med endast en poäng före Morgan Lundin Lindome som skött 585p, trea blev Björn Andersson Sturarna på 583p och fyra Peter Andersson, Gripen på 582p en jämn och bra klass.

I damernas compaund klass van Helena Hammar från Borås med 573p före danskan Mari Henriksen Roskilde med 570p trea här blev Kajsa Bogstedt från Södertälje med 560p och fyra Pernilla Fransson Lindome med 556p.

På junior sidan börjar vi med HF klassen där hemmanen Niklas Gudmundson Gripen van på 550p och tvåa blev Christian Gustavsson Siljanspilen på 544p trea Kristian Svensson Grästorp på 537p fyra Per Albin Persson Vollsjö på 518p.

I HC 16 tog Mikael Heijel Göta Lejon hem grunden med 572p och tvåa Christian Nilsson samma klubb med 567p trea Mikael Bang Odense DK med 555p och fyra Jimmy Åhs Trollhättan med 553p.

Efter semifinalerna som innehöll tre särskjutningar så fick vi följande skyttar till guld finaler i HF 19 Magnus Petersson mot Jonas Andersson och i DF 19 Petra Ericsson mot Camilla Bjerendal i HF 16 Niklas Gudmundson mot Krister Svensson och i HC 19 Tom Henriksen mot Morgan Lundin i DC 19 Helena Hammar mot Mari Henriksen och i HK 19 Niklas Carlsson mot Jan Åke Åkesson sist men inte minst i HC 16 Mikael Heijel mot Christian Nilsson.

Här fick vi följande medalj fördelning.

RESULTAT

HK19

1	Niklas Carlsson	BS Gothia	106p
2	Jan Åke Åkesson	BK Pantern	89p
3	Jonas Norrhede	Lindome BK	92p
4	Nils Bengtsson	Säters IF/BK	83p

HF 19

1	Magnus Petersson	Lindome BK	118p
2	Jonas Andersson	BK Gripen	116p
3	Glenn Linsjö	Trelleborg BK	117p
4	Göran Bjerendal	Lindome BK	116p

DF 19

1	Petra Ericsson	Lindome BK	115p
2	Camilla Bjerendal	Lindome BK	113p
3	Anette Elgemar	Skogens IF	111p
4	Pethra Petersson	Skogens IF	103p

HF 16

1	Krister Gustavsson	BK Siljanspilen	109p
2	Niklas Gudmundson	BK Gripen	108p
3	Per Albin Persson	Vollsjö BK	114p
4	Christian Svensson	BS Gröstorp	108p

HC 19

1	Morgan Lundin	Lindome BK	118p
2	Tom Henriksen	Roskilde Bl	117p
3	Björn Andersson	BSK Sturarna	118p
4	Peter Andersson	BK Gripen	117p

DC 19

1	Helena Hammar	Borås BS	116p
2	Mari Henriksen	Roskilde BL	110p
3	Pernilla Fransson	Lindome BK	114p
4	Kajsa Bogstedt	Södertälje BF	110p

HC 16

1	Mikael Heijel	BK Göta Lejon	115p
2	Christian Nilsson	BK Göta Lejon	114p
3	Mikael Bang	Odense BK	113p
4	Jimmy Åhs	Trollhättan BK	111p

Det sattes Svenskt rekord i DC 50 av Ingrid Friberg Trelleborg på 545p. Ett annat bra resultat var i HF 50 där Claes G Colmès på 575p och i Lag HF 19 Lindome BK med 1747p ett poäng efter deras svenska rekord.

Vi i Gripen Tackar alla skyttar för en väll genomförd tävling och hoppas att få se er och flera andra tills nästa år nämligen 9 januari år 2000. Hjärtligt välkomna till Malmö.

Förenings ekonomi

STÖD & STIPENDIER

Detta är något som vi kanske inte stöter på så ofta i våra försök att skrapa fram pengar till vår verksamhet.

Det kan ofta vara ett digert arbete att hitta bland alla 100-tals fonder och vilka som kan tänkas passa mitt/föreningens ändamål. Men som vanligt där det finns ett behov så finns det också en lösning och det är ett företag som heter just Stöd & Stipendier AB vars specialité är att söka rätt på alla de fonder som passar med just dina önskemål. Det finns också en hel del som är riktade till idrottslig verksamhet.

GODA RÅD

Nåväl. När man skall söka ur olika fonder finns det ett antal goda råd som kan vara på sin plats att ta del av.

1. Kontakta fonden först per telefon. Det kan bland annat vara så att utdelningen av fondens avkastning inte görs alla år eller att villkor och ändamål har ändrats. Dessutom vill vissa fonder att ansökningar görs på egna blanketter.
2. Var ute i god tid.
3. Skriv bara en sida plus bilagor. Kortfattad fakta om dig själv eller föreningen.
4. Ägna första halvan av sidan åt historien, vad har du/ni åstadkommit, intressen, inriktning osv andra halvan skall handla om framtiden och dina/era mål. Du skall framhålla dina förtjänster och beskriva till vilken nytta fondens pengar används.

5. Skriv kort, enkelt, levande och obyråkratiskt. Låt någon oberoende person bestyrka dina uppgifter.
6. Sänd in alla handlingar som du tycker är av betydelse inte bara de som stiftelsen begär. Sänd bara kopior.
7. Sök allt som du är behörig att söka inget annat.
8. Tag med alla uppgifter du kan komma på, var kreativ.
9. När medel sökes till förening bifoga då stadgar, bokslut och verksamhetsberättelse för det gångna året samt budget för den planerade verksamheten eller projektet.

Det finns mycket att säga om detta som kan vara bra att veta. Ett gott råd ändå är att ta kontakt med Stöd & Stipendier AB, 08 - 71 72 580. Det kosta visserligen pengar men det kan det vara värt.

På uppdrag av Skånes Bågskytteförbund
Inbjuder Skurups Bågskytteklubb till

DM i tavla inomhus

Lördagen den 13:e mars med
start klockan 10.00

Plats	:	Skurupshallen
Klasser	:	Samtliga enligt SBF
Rond	:	SBF 12 m, FITA 18 m
Uppvärmn.	:	2 x 4 minuter
Anm. avgift	:	Juniorer och yngre 80:- Seniorer och äldre 100:-

Anmälan	:	Dan Svärd	
		0410 - 22044	Kvällstid
		0410 - 22025	Dagtid
		Åke Karlsson	
		0410 - 41003	Kvällstid
		SENAST 99-03-08	

Servering av korv, läsk, kaffe etc.

Välkomna!

NOTISEN

PRESSMEDDELANDE

Med anledning av händelseutvecklingen inom IOK har Arne Ljungqvist idag i ett pressmeddelande gått ut med följande uttalande:

- Den senaste tidens avslöjanden om oegentligheter kring utseendet av värdstäder för olympiska spel har skadat inte bara IOK:s utan hela idrottens anseende och trovärdighet. Därför är det med tillfredsställelse jag noterar de långtgående åtgärder som nu föreslås, och som innebär en uteslutning av nästan 10 % av den egna medlemskåren, för att åstadkomma nödvändiga förändringar. Därtill föreslås åtgärder som ska förhindra ett upprepande av vad som hänt. Detta visar en verklig vilja att ta itu med problemen.

Det säger Arne Ljungqvist, Riksidrottsförbundets ordförande men också IOK-ledamot, med anledning av IOK-exekutivens beslut i helgen.

- Det som avslöjats ligger långt ifrån de ideal om ärlighet och rent spel idrottsrörelsen vill stå för och förmedla till våra barn och ungdomar. Jag kan förstå om många ideellt arbetande ungdomsledare känner sig både besvikna och svikna av det som ska vara den internationella idrottens högsta ledning, fortsätter Arne Ljungqvist.

- Det som framkommit är i och för sig inget som är specifikt för idrotten, utan snarare något som tyvärr finns i många sammanhang. Men självklart är det inget vi från svensk sida bara ska acceptera.

Svensk idrottsrörelse har länge pläderat för en demokratisering av den olympiska rörelsen och en ökad öppenhet. Även i andra internationella idrottssammanhang har de svenska representanterna varit konsekventa förespråkare för demokrati och öppenhet, traditionella grundpelare i den svenska idrottsrörelsen.

- Självklart måste de värden vi vill förmedla till våra barn och ungdomar även genomsyra idrottens ledande organ. Bara på det sättet kan idrottsrörelsen bibehålla sin trovärdighet, avslutar Arne Ljungqvist.

Fredrik Rodhe, RF

Ledarskapsutveckling



TRÄNARUTBILDNING

"Moderniserad" steg 1

På Östergötlands Bågskytteförbunds idékonferens beslutade vi om att bland annat satsa på utbildning och utveckling av ledare. Sådana måste finnas på olika nivåer och som ett led i detta beslutade vi också om att arrangera en steg 1 utbildning för tränare/ledare.

Vi riktade in oss på såväl erfarna tränare som intresserade föräldrar. Det blev rejält med anmälningar och på kursdagen var det 20 elever som hade bänkat sig i Rejmyre BSK's nya klubblokal.

Rejmyre är en av dessa typiska "bruksklubbar" med många medlemmar och bra verksamhet... och ny klubblokal som sagt.

Här har man fått överta en gammal lagerbyggnad från glasbruket mot att man städade ut och gjorde i ordning själva. I lokalen finns plats såväl för cafeteria och utbildning som träning.



Nåja. Dagen bestod i teori/praktik och grupparbeten en bra kombination för effektiv utbildning. Det jag saknar i sådana här sammanhang är utbildning som sträcker sig över fler kurser eftersom det enligt min uppfattning är modellen Kurs - erfarenheter - kurs osv som skapar bra ledare snabbast.

Ledaren och ansvarig för utbildningen i distriktet var Kenneth Johansson, Rejmyre som har både kunskaper och lång erfarenhet. Vi koncentrerade oss mycket på praktisk träning och tillverkning men även diskussioner kring skjutteknik med Svenska Modellen som grund samt erfarenheter från praktiskt ledarskap.



Eftersom kunskapsnivån spände över hela registret från nya föräldrar till Erik Karlsson, Finspång och Kenta själv, med hur mycket erfarenhet som helst, så blev det hela väldigt bra.

För att vi skall expandera som idrott med fler medlemmar i föreningarna och fler framgångar är det nödvändigt inte bara med utbildning utan med bra utbildning. Det fick vi nu, mera sådant!

Någon har sagt att det är först när jag som erfaren går tillbaka till grunderna som jag kan ta till mig dom bäst och visst är det så.



1968

FRÅN JAPAN TILL VM FÖR PR

Sommaren 1967 var 185 deltagare samlade i holländska Amersfoort och det XXIV:e världsmästerskapen i tavla. Med i deltagarfältet fanns en Japan vid namn J. Miyata som man omedelbart lade märke till. Inte för hans skjutegenskaper som sådana utan först och främst för den båge och de pilar han använde.

Han hade rest halva jordklotet runt för att visa upp sitt urgamla bågskytte, ingen dålig eldsjäl! Så här berättas det i Bågskytten nummer 1 1968.

J. Miyata sköt således med den japanska sk långbågen, en båge vars längd är drygt 2 meter och som hemma i Japan används i en mycket gammal skyttesport. De pilar han använde var också av onaturligt format och att se honom skjuta var en upplevelse.

Enbart hans arbete med draghandsen, där den gjorde en vid båge bak nacken innan han slutligen "hittade" förankringen var suverän och i släppet trodde man hela tiden, att hans öra och glasöga skulle följa med. Hans förankring med strängen följde på millimetern ansiktssidan.

båge var som nämnts en upplevelse och hans resultat skämdes inte heller för sig, i bland. Jag iakttog honom bl. a. en gång när han på en trepilsserie "drömde" till med en tia och en åtta på 90 meter. Att sedan den tredje blev en bom var väl troligen en tillfällighet, eller tvärtom.

Att han inte skulle ha några chanser att hävda sig i en hård VM-konkurrens var uteslutet och det hade vare sig han själv eller hans landslagskamrater räknat med. Han hade åkt den långa vägen från Japan till Holland, enbart för att göra PR för en säregen sport i sitt hemland. En frisk och trevlig bekantskap som - även om ett VM inte är till för sådant - satte en viss färg på tävlingen.

I första Federationsronden sköt han 78p på 90 meter, 128p på 70 meter, 194p på 50 meter och 229p på 30 meter eller sammanlagt 629p. I andra rondens höjde han sina resultat på alla avstånden utom 50m där han då sköt 148p. De övriga delavståndensresultaten blev 135, 191 och 254 poäng.

Sammanlagt på den dubbla rondens nådde han 1 357p, som givetvis inte räckte till annat än sista platsen i det 129 man starka startfältet.



GRÖNT KORT

Bågskytteklubben Friskyttarna (BKF)

Ordförande: Kenneth Andersson Tfn 011/107455

Instruktör: Renée Modigh Tfn 011/139389

För att NYA skyttar skall få en homogen introduktion i bågskytte erbjuds alla som deltagit i vår **Nybörjarträning - Tisdagar kl 17.30-18.30** vid 5 tillfällen möjligheten att erövra

B K F s B å g s k y t t e - K Ö R K O R T

- Gult kort** = Teoretiska kunskaper med Prov
Blått kort = Tavelskytte Inomhus och Utomhus med Skjutprov
Grönt kort = Tävlingskort/Körkort

Teoretiska kunskaper

Grundläggande kunskaper om Bågskytteutrustning inkl. Trimning av densamma samt säkerhetsbestämmelser på bågskyttebanor.

Tillika grundutbildning i Bågskytteteknik (Svenska Model- len), Fysisk/ Mental träning och Tävlingsregler (skjutkort, tapeter mm) "Körkortsaspiranten" får ett Teorihäfte. Innehållet i detta finns även exponerat i träningslokalen. Dessutom hålles kortare teoripass varje tisdag. Allt instuderingsmaterial framställs på GULT papper.

Praktiskt teoretiskt prov:

Innan skriftligt prov (se nedan) genomförs skall Körkortsaspiranten instruera en "icke-bågskytt" i bågskytte (utrustning, teknik och regler på och kring skjutlinjen). Körkortsaspiranten väljer själv en kompis, förälder e dyl för denna instruktion.

Skriftligt teoretiskt prov: 10 st enkla frågor - skrivtid 30 min. Samtliga svar till frågorna återfinns i det teorimaterial som nämns ovan. Detta material får ej användas vid provskrivningen.

Tavelskytte (Inomhus och Utomhus)

Skytten avlägger 3 skjutprov i Tavelskytte Inomhus och 3 skjutprov i Tavelskytte Utomhus. Proven utförs enl. det avstånd, tavelstorlek och antal pilar som gäller för den åldersklass skytten tillhör (SBF/FITA-ronder).

Vid varje skjutprov skall skytten (under uppsikt av instruktören) själv skriva skjutprotokoll (på BLÅTT papper). Max 3 bommar/skjutprov Inomhus / Max 5 bommar/skjutprov Utomhus samt 3 skriv-räknefel/skjutprov tillåts för godkännande.

Dessa provskjutningskrav är framförallt ställda för att värna om skytten. Förberedelser inför den första tävlingen, såväl tekniskt som mentalt, kan vara avgörande för hur skytten "går vidare" i sporten.

- (Instruktören 1) avgör när träning på gällande avstånd kan påbörjas.
2) meddelar provskjutningstidpunkter och deltagare (BLÅTT papper).

TÄVLINGSKORT

Körkortsaspiranten har blivit erhållit gult och blått kort samt beviljats medlemskap i BKF. KÖRKORTET styrker att skytten har den kompetens som BK Friskyttarna anser vara nödvändig för representation vid bågskytte-tävlingar.

Kortet är indelat i Inomhus-KÖRKORT (A) och Utomhus-KÖRKORT (B) för att en ambitiös skytts tävlingsdebut inte skall begränsas.

ANMÄRKNINGAR

1. Anmälan till denna utbildning skall göras till Instruktören (under-tecknad). Nybörjare får använda och trimma klubbens material utan tidsbegränsning. Dock måste hänsyn tas till att flera skyttar kan ha samma favorit pilbåge.
2. Gult och Blått kort kan förvärfvas i "fri" ordning. Ingen begränsning i antal prov för att nå ett godkänt resultat finns.
3. Jakt- och Fältskytte behandlas endast "ytligt" i denna utbildning.
4. BKF:s ordf. får tillsammans med Instruktören bevilja dispens för deltagande i **enstaka** tävling (ex. Jakt/Fält-ronder)

Kostnaden för utbildningen är 200:- (per familj) och inkluderar även medlemsavgift i BK Friskyttarna.

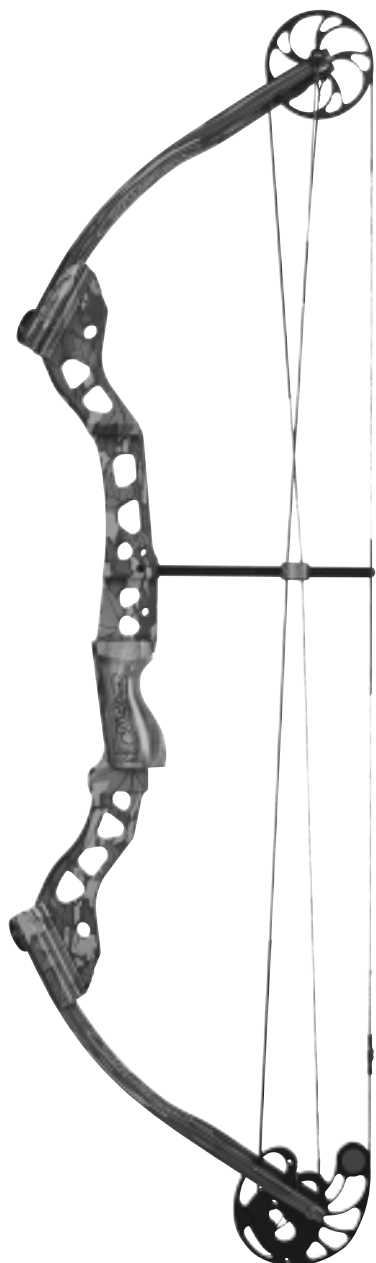
Alla BKF-are skall från 1999-07-31 ha KÖRKORT för att representera klubben vid Bågskyttetävlingar.

För Bågskytteklubben Friskyttarna:

.....
Renée Modigh - Bågskytteinstruktör



DETTA ÄR BÅGEN MÅNGA TILLVERKARE FÖRSÖKER KOPIERA !



En del kopior kommer antagligen att se nästan identiska ut. Utseende och finish är lätt att kopiera och även förbättra, kvalitet är en helt annan sak. Mathews kvalitet är oantastlig (inga reparationer på 1,5 år). Mathews tillverkar ett hjul för varje draglängd, det är dyrare och mer komplicerat än ett modulsystem men absolut nödvändigt för att uppnå maximal prestanda.

Om du behöver byta draglängd så har vi ett utbytessystem för Mathews One-Cam hjul

Mathews MQ 1 är en renodlad tavelbåge till sin uppbyggnad, d.v.s.med snäll cam och hög stränghöjd. Samtidigt kan den skryta med följande: Mindre rekyl och vibrationer än alla andra bågar och samtidigt högre pilhastighet än de flesta.

Pilhastighet vid 28" 60# 300gr pil = 281 ft/sek
Pilhastighet vid 29" 60# 300gr pil = 292 ft/sek

Axel-Axel längd: 37"
Draglängder: 24"-30" med 1/2" intervaller
Styrkor: 20-30#, 30-40#, 40-50#, 50-60#, 60-70#
Cam: One-Cam med perimeter vikt
Stränghöjd: 7,5" (19 cm)
Vikt: 3,75 lbs (1,7 kg)
Färger: Blå, Röd, Camo

Pris: Tavelfärg, blå eller röd 8700:-
Pris: Camo 7950:-

Bow Pro

Box 120 16 245 02 Hjärup
Tel: 040 - 465035 Fax: 040 - 465037
www.bowpro.se mail@bowpro.se

Win & Win

Win & Win är definitivt en båge som kommer att synas i stora sammanhang inom kort. Företagets ledare är Koreas före detta OS coach Mr. Park.

Win & Win satsar på att bygga bågar av högsta kvalitet utvecklade i samarbete med flera av världens bästa skyttar och enbart de bästa material används. Stockarna är smidda och sedan CNC frästa till perfekta toleranser vilket ger överlägsen styrka och precision. Win & Win lemmarna är mycket vridstyva, ger ett bra kast och håller en mycket hög finish.

Vill du ha en av de bästa bågarna som marknaden kan erbjuda utan att betala topp priser så är detta bågen för dig.

Win & Win finns i tre modeller, men vi har valt att bara sälja den dyraste på grund av den lilla skillnaden i pris mellan den dyraste och billigaste modellen.

Win & Win Winact

Längder: 66", 68", 70"

Styrkor: 24 - 40#

Färger: Vit, Silver, Röd, Grön, Blå

Bågen levereras med trägrepp och klicker förlängare.

Båge med carbonlemmar

Pris 5995:-

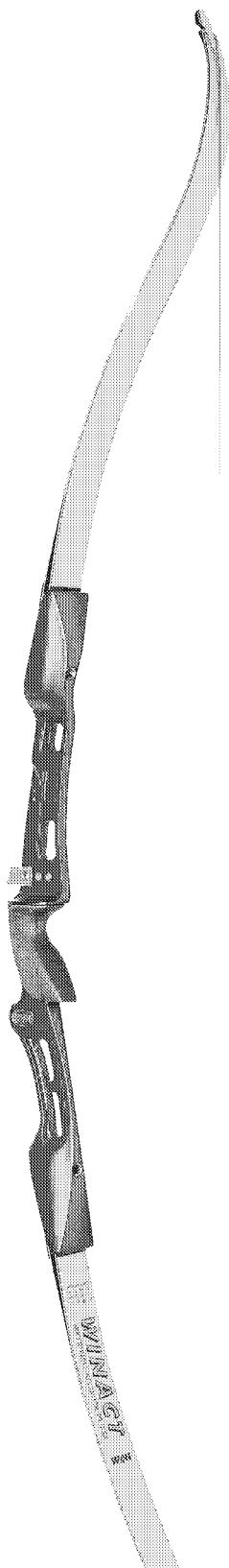
Båge med glaslemmar

Pris 4995:-

Win & Win's lemmar passar Hoyt

Bow Pro

Box 120 16
245 02 Hjärup
www.bowpro.se
tel. 040-465035
fax. 040-465037



MATERIELTEKNIK

Min förhoppning med tidigare artiklar kring mat, träning och nu materielteknik kan summeras under rubrikerna "identifiera bra mat", "bra träning", "bra materiel", här i det sistnämnda med god hjälp av Leif Janson på förbundet.

När det gäller mat så kan jag konstatera att skall jag träna regelbundet i syfte att utvecklas som bågskytte så behöver kroppen bränsle och det skall vara rätt sort och i rätt mängd. I materielsammanhang tror jag att skillnaden mellan att själv välja, trimma och hantera sin utrustning och att någon annan gör det är avgörande när vi pratar prestation. Mer kunskaper kring vilka faktorer som påverkar bågens arbete gör dig bättre rustad när du skall välja båge och hänger lättare med när nyheter kommer.

Kunskapen om att bågens kastförmåga handlar om att lemmarna skall böja sig på ett för hävarmseffekten gynnsamt sätt och att rekurverna skall rätta ut sig så att bågen känns mjuk även på slutet är kvalitativt bättre kunskaper än att jag köper bågen för att den har keramiska lemmar dvs att förstå vad det är som gör att din materiel är bra.

BÅGEN

Nåväl. Vi börjar med bågen. Ämnet har behandlats förr i Bågskytten. Konstruktionen är mellan 40- och 50 tusen år gammal. Tidigare handlade det mest om kastförmågan men i dag är bågkonstruktörerna ute efter att bygga bågar med större hållfasthet och stabilitet det gäller att få bågarna att tåla inkonsekvent skjutning. En båge blir inte stabil bara för att jag har ökat dess egenvikt. Med hjälp av moderna material som glasfiber, kolfiber, karbon, boron mm kan konstruktörerna kombinera för att få fram de egenskaper man vill ha.

Bågtillverkarens dilemma:

Bågen ska hålla;

Bågen ska ge ett bra kast;

Bågen ska vara precisionssäker.

HANDTAGSSEKTIONEN

Handtagssektionen består oftast numera av en legering av aluminium och magnesium som blandas med små mängder av koppar. Legeringen aluminium-koppar blir Duraluminium och används bla i flygplansdetaljer. Magnesium är en metall som måste legeras och skyddas. I dag liknar konstruktionen mer än balk i tvärsnitt vilket gör den lätt och vridstiv.

Det är dessutom så att alla hål som ofta förekommer i stocken inte finns där av en slump, det är nämligen så att konstruktionen blir mer stabil än om det inte var hål i godset. Det handlar förstås om **kastförmåga**.

LEMMARNA

Lemmarna skall ha ett så positivt hävarmsförhållande som möjligt. Ett bra sätt att kombinera hävarm och hastighet är att tunna ut lemmarna mot toppen vilket i sin tur kräver starka överlägg längst ut på bågtopparna. Lemmar som är mer reflexa (böjda från skytten) eller korta bågar är också en variant men i det sistnämnda fallet så gäller det att behålla stabiliteten.

Det gäller att hitta rätt båglängd såväl som rätt konstruktion. Det går inte att jämföra båglängder av olika fabrikat. Den längd du skall ha av ett fabrikat kan skilja sig från ett annat.

Ett bra sätt att kontrollera hur just din båge arbetar är att med en fjädervåg mäta poundstyrkan tum för tum, kurvan skall inte svacka eller vara oregelbunden.

Den yta som finns under kurvan beskriver hur mycket lägesenergi bågen har. Det är viktigt att så mycket som möjligt av den lagrade energin kan förflyttas ut i pilen. En tung pil ger ett större motstånd vilket gör att den tar upp mer energi än den lätta pilen.

Det är inte för inte som vissa afrikanska stammar har pilar som är över 2 meter långa, det går långsamt. Det är som att starta ett godståg. Det handlar om vad man vill ha ut, precision, hastighet, stabilitet, pålitlighet, hållbart osv en ständig kompromiss.

Uttecklingen av själva bågen som konstruktion har gått från enkla träbågar med inslag av fanerliknande lager av olika träsorter/egenskaper (kompromisser) till allt mer förfinade laminat.

Glasfibern var en revolution när den kom på 50 talet. De tidiga konstruktionerna blev ojämna i kvalitén. Man hade stora problem att matematiskt beräkna bågstyrkan.

Det kunde skilja så mycket som 12 pound mellan bågarna trots att alla mått var lika.

Det viktigaste för böjmotstånd och kastförmåga är att ha ett höglastiskt material på ytan, jämför med en I-balk där över- och underdel kan ökas i bredd medan I:et i mitten endast håller ihop balken.

Förhållandet mellan tryck- och dragkrafterna förändras mycket snabbt från ytan där krafterna är som störst till den punkt i bågens tvärsnitt där förhållandet är 0. Det var av den anledningen som den spröda kolfibern fick flyttas in under glasfibern för att lemmarna skulle hålla.

BÅGBYGGARHISTORIENS STÖRSTA BEDRÄGERI

Hur kan man ta betalt för effekter hos nya kofiber- materialet i lemmarna, som inte finns? Jo man förlänger "balanseringsmaterialet" det uttunnade laminatet som finns mitt i lemmen, vilket ökar hårdheten i mitten på lemmen. Sedan gjordes bågarna något mer reflexa vilken också ökade hastigheten men inte tack vare kolfibern. Därmed fick precisionen ge vika för "marknadsmässigt nödvändiga förändringar". Samma sak gäller de keramiska materialen, bara smart marknadsföring!

Det enda som skall avgöra vilken båge du skall välja är provskjutning. Hur tät din siktskala är avgör bågens kastförmåga. Frågor som är viktiga att ställa sig när du skall köpa båge är:

1. Hur stabil är bågen i skottet.
2. Hur stabil är pilen ur bågen.
3. Hur är grupperingsförmågan i olika väder- typer.
4. Hur snabb är pilen.

Att i första hand välja snabbhet kan ge överkänsliga bågar med trimningssvårigheter.

Nu stannar vi här. Denna guidning i materielteknikens förlovade land fortsätter i kommande nummer.

Källa:

Bågskyttens materiel...

Finns att beställa hos Gunnar Wallberg, 011 - 311 036

OBS! Ändring av tävlingsdatum! OBS!

Karlstad Bågskytteklubb har ändra datum
för Solstatträffen
till
söndagen den 2 maj 1999 klockan 10.00.

Se annons i Bågskyttens aprilnummer.

Karlstad Bågskytteklubb

Skellefteå Bågskytteklubb

Inbjuder till

DM inomhus

Lördagen den 6 Mars 1999
Klockan 11.00

Plats: Eddahallen
Tävlingsform: Enligt SBF:s regler
Klasser: Enligt SBF's bestämmelser
Anm. avgift: Seniorer & äldre 80:-, övriga 50:-
Anmälan: Till Mathias Hedström
Tel: 0910 - 15232, 070-671 80 14
Anders Hedström
Tel: 0910 - 775320 eller
070-340 48 53
Senast 2 Mars 1999

Välkomna !

Skellefteå Bågskytteklubb

Skövde Bågskytteklubb

Inbjuder till

Drive-In tävlingen Strängasläppet

Lördagen 13 mars

Söndagen 14 mars

- Tävlingsplats:** Klubbens träningslokal
Simsjövägen
(karta finns på vår hemsida www.skovde.se/bagskytte).
- Tävlingsform:** Fita 18 och SBF 12
- Tävlingsstart:** Kl. 09.00 och 13.00 båda dagarna
(Uppvärmning 2 x 4 min.)
- Klasser:** Enligt SBF:s regler.
(minst 3 deltagare för klass)
- Anmälan till:** Rolf Andersson 0500-436832
- Anm. senast:** 5 mars
- Anmälningsavg.** Seniorer 100:-
Övriga och lag 70:-

Servering finns i skjuthallen.

OBS! Begränsat deltagarantal per skjutomgång.
Skor för innebruk obligatoriskt.

VÄLKOMNA

NORDISKA MÄSTERSKAP I BÅGSKYTTE

- ARRANGÖR: Svenska Bågskyttegymnasiet
- TID: 27 och 28 mars 1999
Tävlingen startar lördag förmiddag och avslutas söndag eftermiddag med Kamratafton och prisutdelning på kvällen
- PLATS: Bågskyttegymnasiets hall i Olofström
- KOSTNAD: 1300:- Skr / person. Vilket inkluderar Startavgift, Luncher lördag och söndag. Middag fredag och lördag kväll, samt Kamrataftonsmiddag med Prisutdelning.
- REGLER: IPC:s regler
- INKVARTERING: First Hotel, Aniara, Olofström
- KLASSER: Klasser på Nordiska Mästerskapen 1999.
- a) W1
Klass för tetraplegiker
 - b) Öppen klass:-"Recurve-division"
Klass för alla andra typer av handikapp.
 - c) Öppen klass: "Compound-division"Enl FITA..
- TK-MÖTE Lördag förmiddag
- ANMÄLAN: **Senast 5 mars 1999 .**
Fax: +46 (0)60 578821
+46 (0)54 870200
- UPPLYSNINGAR:** ***För närmare upplysningar, kontakta***
- Svenska Bågskytteförbundets kansli
Gullimar Åkerlund, Tel: +46 (0)60 570130
Eller
Kurt Lundgren, Tel: +46 (0)54 192111 el. (0)54 870200
- ADRESS: Svenska Bågskytteförbundet, Fagerviksvägen 22, S-860 30 Sörberge

VÄLKOMNA

Med Vänlig Hälsning

Kurt Lundgren

Elitansvarig

FALKENBERGS BK

Inbjuder till

LAXATRÄFFEN I 3-D

Lördagen 10 APRIL, klockan 10.00

- Uppvärmning:** Kl 9:00-9:45
Datum: Lördagen 10/4
Plats: Vinbergs utebana
Skyltat : Väg 150 ,Shell ,Skrea Backe
E-6 Norr-Söder Mc Donalds, Vinbergs samhälle
Rond: 2 x 15, 3-D Mc-Kenzie
Klasser: Samtliga enligt SBF.+ Gästklass
Anm.avg.: Seniorer och äldre 150:-
juniorer och yngre 80:-
Postgiro: **Falkenbergs BK 125533-0**
Anmälan: Harald eller Gudrun Nyberg
Senast 5/4 Tel. 0346/52123
Domare: Sven-Åke Nilsson
Servering: Mat, kaffe, macka (vi bjuder på Laxsnittar)
Logi: **Falkberget Tel: 0346- 71 18 80 / 878 99**
Upplysningar: Harald-Gudrun 0346-52123



FALKENBERGS BK

Inbjuder till

FALKJAKTEN

Söndagen 11 APRIL, klockan 10.00

- Uppvärmning:** Kl 9:00-9:45
Datum: Söndagen 11/4
Plats: Vinbergs utebana
Skyltat : Väg 150 ,Shell ,Skrea Backe
E-6 Norr-Söder McDonald´s, Vinbergs samhälle
Rond: 2 x 15, JAKT
Klasser: Samtliga Enligt SBF
Anm.avg.: Seniorer och äldre 100:-
juniorer och yngre 50:-
Postgiro: **Falkenbergs BK 125533-0**
Anmälan: **Sven-Åke Nilsson**
Senast 5/4 Tel. 0346/81125 Dagtid tel/fax. 12500
Domare: Frida Bengtsson
Servering: Mat, kaffe, macka
Logi: **Falkberget Tel: 0346- 71 18 80 / 878 99**



VÄLKOMNA!

Hur anmäler jag mig?

Enkelt! Du anmäler dig bara till lämplig tävling, se Bågskytten och samlar ihop minst 4 resultat. De femton främsta i respektive klass erhåller tourpoäng. Vinnaren får 25 poäng och de efterföljande får poäng i en fallande skala ned till femtonde plats, som får en (1 poäng).



Poäng

- | | |
|--------|--------|
| 1. 25p | 10. 6p |
| 2. 21p | 11. 5p |
| 3. 18p | 12. 4p |
| 4. 16p | 13. 3p |
| 5. 14p | 14. 2p |
| 6. 12p | 15. 1p |
| 7. 10p | |
| 8. 8p | |
| 9. 7p | |

Vilka får priser?

Slutresultatet avser först och främst de fyra bästa resultaten som en skytt kan uppvisa. Om två skyttar har lika många tourpoäng med fyra resultat, går den som har ett femte resultat före den som endast har fyra resultat. Om båda har fem resultat och fortfarande lika poäng, går den före som har ett sjätte resultat osv.

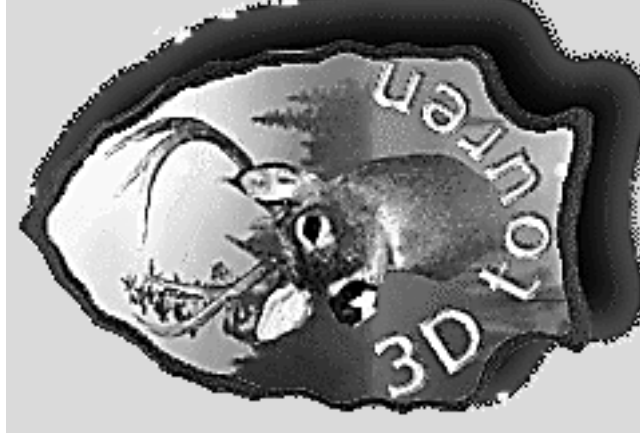
Våra sponsorer

3D touren riktar ett stort tack till alla sina sponsorer. Vi som arbetar, deltar och tävlar i touren uppskattar ert stora stöd. Det är till stor del tack vare sponsorererna, som 3D touren kan uppbringa det finaste prisbordet inom landets gränser...för 4 året i rad!

10-klassare!

3D touren är inte längre begränsad till 13-klassen som yngsta klass.

3D TOUREN 99



Välkommen att delta i den mest omfattande serie av bågskyttetävlingar som finns i Sverige och kanske i hela Europa!

3D tourens hemsida:

<http://home.swipnet.se/3dtouren/3dtouren/index.html>

3D touren 1999

- 16 deltagare!
- Minst 4 tävlingar för fullgjord tour!
- Ingen touravgift att hålla reda på!
- Samtliga 3D tävlingar 1999 ingår i touren!
- Anmäla lag till touren, se nedan!
- Schemalagd tour för att minska resekostnaderna!
- 3D SM kan ingå i touren!
- Alla som slutför touren erhåller en plakett med sin placering ingraverat!

Arrangerande föreningens egna skyttar kan delta FULLT UT - utom att erhålla tour poäng!

1998

Touren expanderade ytterligare från 11 till hela 16 tävlingar, en Tour som blev både tät och spännande. Kenneth Johansson från Rejmyre var ytterst nära att bli tourmästare i HC19 för tredje (!) året i rad. Under 1998 infördes också ett vandringspris i "kolossalformat" till dam och herrklassen.

På några få år har 3D tävlingarna vuxit i antal från tre till sexton - inte illa för en nykomling! Glädjande nog kan vi konstatera att touren spridit sig ännu mera söderut, till Sölvesborg och även till Göteborg. Inför 1998 har reglerna som styr förutsättningarna för 3D touren finputsas ännu ett steg, och det innebär bl.a. att ALLA som deltar i en 3D tävling arrangerad inom SBF, automatiskt är med i touren.

Detta år -1999- verkar kunna erbjuda en ännu större tour! Ännu är inte allt klart, men en sak är säker: Vi får minst en ny förening - Falkenberg, samt en comeback av en etablerad arrangörSunne!

Mästerskaps status!

Göm inte att ansöka hos SBF's kansli om mästerskapsstatus på er tävling, DM, Götalands- Svealands eller Norrlandsmästerskap.

1999 års arrangörer

Dag	Datum	Rond	Arrangör	Telefon
F	02-apr	3D, 30 mål	BK Björnen	0370-16172
L	10-apr	3D, 30 mål	Falkenbergs BK	0346-82550
L	17-apr	3D, 30 mål	Eskilstuna BS	016-42633
S	02-maj	3D, 30 mål	BS Gothia	031-572921
L	08-maj	3D, 30 mål	Rejmyre BSK	011-87538
L	15-maj	3D, 30 mål	BSK Uven	08-199666
S	16-maj	3D, 30 mål	Igelboda BK	08-716 46 85
S	23-maj	3D, 30 mål	BSK Sturarna	0174-71417
L	05-jun	3D, 30 mål	Sigtuna BK	08-59121952
L	12-jun	3D, 30 mål	BK Dalpilen	0243-82107
S	20-jun	3D, 30 mål	BK Björnen	0370-16172
L	14-aug	3D, SM	BSK Sturarna	
S	15-aug	3D, SM	BSK Sturarna	
L	04-sep	3D, 30 mål	Sunne BK	0565-31030
L	11-sep	3D, 30 mål	Gävle BK	026-76750
S	12-sep	3D, 30 mål	Sandvikens BK	026-253028
S	26-sep	3D, 30 mål	Motala BK	0143-12505

Lagtävlingen

Ånmälan kan göras när som helst under året och kostar 200 kronor. Ett lag består av 2 skyttar oavsett dam- eller herr-klass, det kan vara en mix av compound, fristil, klassiskt och långbåge, lagen ÅR nominerade och ej bundet av klubbtilhörighet. Klasserna är med sikte, utan sikte & sikte/ej sikte. För att undvika "superlag" gäller regeln att ingen av de första 50 procenten i respektive klass från föregående års 3D tour får bilda lag med varandra. Således kan 1:an i HC19 bilda lag med dito i DF19 men inte med 5:an i HC19.

Fullgjord tour

För att skytt skall kunna tillgodoräkna sig fullgjord tour, måste ett visst antal deltagare fullföljas. Detta antal påverkas i viss mån av antalet deltagare som aktuell tour representerar. För 1999 gäller fyra tävlingar.

Välkommen!

År 1999 kommer 3D touren att genomföras för fjärde gången. Vi har tack vare denna tävlingsform utvecklat 3D skyttet i Sverige enormt mycket på väldigt kort tid. Jag skulle tro att våra bästa skyttar mycket väl skulle kunna hävda sig väl i IBO World (Inofficiellt VM).

3D touren har även väckt tankar om liknande tävlingsform inom fält, jakt och tavla. Ni som de senaste åren strävat igenom gångna tourer, ni har på många sätt varit "pionjärer" och vi har inte ännu sett slutet på denna utveckling. Inte på långa vägar.

Ni som ännu är nya och känner er tveksamma; Kom och prova! Man måste inte vara med hela tiden, det kan räcka med en tävling för att du skall bli fast. Alla nya ansikten som ses på tävlingarna bidrar starkt till att öka gemenskapen och glädjen med denna enormt roliga tävlingsform inom svenskt bågsytte!

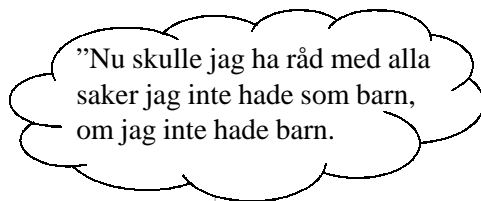
Alla hälsas mycket välkomna till årets Nationella 3D tour!

Vänligen

Anders Söderström, ordf. 3D touren



**Ett Narkotikafritt
Sverige**



NOTISEN

25 miljoner dollar från IOK till anti-dopingbyrån.

Arne Ljungqvist kommenterar dopingkonferensen

- Från nordisk sida måste vi vara mycket nöjda med resultatet från dopingkonferensen i Lausanne. Den innebär ett stort teg framåt för den internationella kampen mot doping och tillfredsställer nästan alla de krav vi förde fram vid det nordiska idrottsmötet i Reykjavik förra året.

Det säger Arne Ljungqvist, RF:s ordförande och välkänd antidopingkämpe, i en kommentar till den slutresolution som antogs vid den internationella anti-dopingkonferensen i Lausanne på torsdagen. Han pekar framför allt på det faktum att man kommit överens om att skapa ett från idrottsorganisationerna, däribland IOK, fristående internationellt organ som ska samordna kampen mot doping.

Vidare att man enats om behovet av kontroller utanför tävling samt att man i princip satt två års avstängning som minimistraff för grova dopingförseelser.

- Det faktum att två idrotter, cykel och fotboll, hade vissa invändningar mot straffsatsen och att vi därför i slutdeklarationen gav dem möjlighet att "i exceptionella fall" modifiera den, får inte skymma det faktum att alla andra var helt överens, menar Arne Ljungqvist.

Cykeln och fotbollens reservationer bottnar i en rädsla för juridiska problem om deras professionella utövare förbjuds att utöva sitt yrke under en längre period. Självklart kommer svensk idrott att fortsätta verka för total enighet också i denna fråga.

I media har det förekommit en del spekulationer kring ledningen av den kommande anti-dopingbyrån. I slutdeklarationen sägs inget definitivt, utan detta läggs på en arbetsgrupp bestående av representanter för bl a IOK, idrottsförbund, regeringar m fl. Inom tre månader ska denna grupp ha ett färdigt förslag.

Arne Ljungqvist menar att oklarheten är naturlig i det här skedet. - Vi vet ännu inte hur verksamheten ska finansieras, bara att IOK kommer att gå in med 25 miljoner dollar. Självklart kommer de parter som går in och bidrar till finansieringen också att vilja ha ett ord med i laget när det gäller uppläggningsen av verksamheten.



Svenskt varumärke 5-årsjubilerar!

Antioxidanter, proteiner, kreatiner, aminosyror

100% Rena produkter

100% Rena idrotter

Vi tillhandahåller kvalitetsgaranterade kosttillskott
För seriösa idrottsutövare som vill vara med och
samverka för rena idrotter.

Företagshuset, Motalagatan 18, 592 32 Vadstena
Telefon: 0143 - 133 36, Fax: 0143 - 133 01, Mobil: 070 - 679 59 78,
Kväll: 0143 - 144 81

**VÄSTERGÖTLANDS
BÅGSKYTTEFÖRBUND**

kallar till
ÅRSMÖTE

Lördagen den 6 mars 1999
Klockan 13.00
Vänersborgs BK,s klubbstuga

**Separat inbjudan till
berörda föreningar**

**Väst kustens Bågskytteförbund
inbjuder till**

ÅRSMÖTE

Datum: 13 mars 1999

Tid och plats meddelas i separat inbjudan
till berörda klubbar.

Västra Svealands Bågskytteförbund
kallar till

Årsmöte

990313 klockan 11.00 i Hallsberg
Järnvägens IF:s klubblokal.

Separat kallelse till berörda föreningar.

Östra Svealands Bågskytteförbund
Inbjuder till

ÅRSMÖTE

Lördagen den 27 mars klockan 11.00

I Södertälje BF's klubbstuga

Sydöstra Götalands Bågskytteförbund
Kallar sina Medlemsorganisationer till Årsmöte

Lördagen den 13 Mars-99
Vrigstad Vårdshus

Separat inbjudan till alla berörda föreningar.

Styrelsen
Hälsningar Gunnar Westlund

Västra Svealands Bågskytteförbund
inbjuder till

DM inomhus

I samband med Vinterträffen i Kil
lördagen den 13 februari 1999.

Separat inbjudan till berörda klubbar.