

Tidskriften

# BÅGSKYTTE

Årgång: 57 Nr 03 2004

utombussäsongen



SVENSKA



officiellt organ för  
BÅGSKYTTEFÖRBUNDET

# BÅGSKYTTE BEHÖVER INTE VARA DYRT!



**W&N** WIN & WIN  
ARCHERY'S

**1690:-**

Stock, lemmar  
och sträng

Vi lagerför Evolution

64" 20lbs - 24lbs

66" 20lbs - 36lbs

68" 24lbs - 36lbs

Svart, vit, guld, silver, röd o turkos

Svarta lemmar (se bild)

Både höger o vänster



å du vi har  
nästan allt (98%)  
på lager för  
omgående leverans



Förmånlig finansiering med  
**HANDELSBANKEN FINANS**

Ring för ytterligare information

**W&N** WIN & WIN  
ARCHERY'S

**2390:-**

Stock, lemmar  
och sträng

Vi lagerför Stinger

Blå, svart, silver och röd

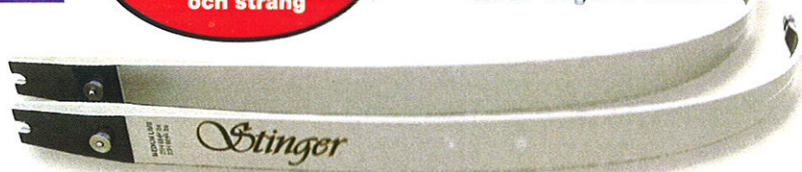
Både höger o vänster

Vi lagerför Stingerlemmar

66" 24lbs - 40lbs

68" 24lbs - 40lbs

**Nyhet!**



**LABO IMPORT AB**  
SWEDEN



Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10

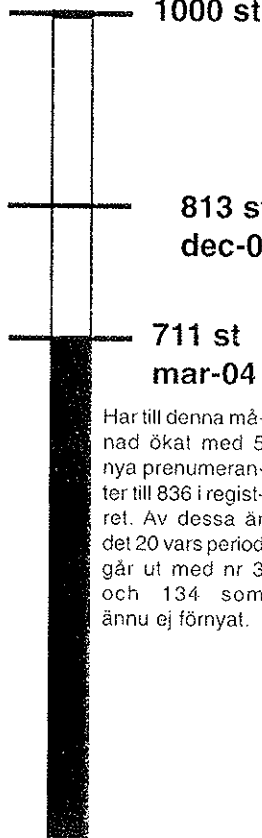
Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

Tel: 054-53 31 10  
Fax: 054-53 36 20

**INNEHÅLL**



Antalet prenumeranter ökar!



**Redaktionellt**

- 4. Svenskt Bågskytte snabbt och lätt
- 5. Jakt- och Fäls SM arrangerar klarat Domarhörnan: Magnocken
- 6. SBF-Shopen!!!!

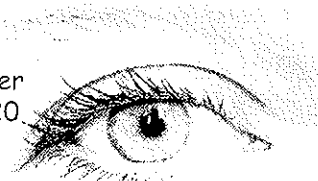
**Reportage**

- 8. Månadens reportage: Kläder och skor

**Övrigt**

- 12. Våra OS-kandidater: Elin och Petra
- 13. Korsordssvar från nr 1-2
- 16. Vi tar en titt på Ögat
- 19. Yngre Junior Troffén
- 22. Våren är här, trimma din utrustning
- 24. Nyheter från pilvärlden
- 26. Las Vegas Archery Festival 2004
- 27. Proffsklass av NFAA i och för USA
- 30. Web där II?
- 31. I skrivande stund...
- 32. Stöd landslaget dekalen Till salu
- 33. Förfarande vid sökning av licenser Citat ur körkortsboken anno 1920 Årsmötesannons
- 34. Vinterserien i BS Kil, Jenny Sjöwall tillbaka!
- 35. Tävlingsannonser

Har till denna månad ökat med 5 nya prenumeranter till 836 i registret. Av dessa är det 20 vars period går ut med nr 3 och 134 som ännu ej förnyat.



Tidningen tryckt av Timrå Tryckshop i Timrå med Digital färglaser.



**TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE**

Företagshuset  
Motalagatan 18  
592 32 Vadstena

Tel: 0143 - 125 05  
Mobil: 0709 - 61 64 22  
Fax: 0143 - 315 64  
E-mail: [bagskytten@bagskytte.se](mailto:bagskytten@bagskytte.se)  
PG: 37 90 05 - 2

Redaktör  
Mikael Svahn

Ansvarig utgivare  
Förbundsstyrelsen

**SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET**  
KANSLI  
Fagerviksvägen 22  
860 30 Sörberge

Tel: 060-570 136  
Fax: 060-578 821  
E-mail: [kan@bagskytte.se](mailto:kan@bagskytte.se)  
[ledarsat@bagskytte.se](mailto:ledarsat@bagskytte.se)  
org-nr: 802000-5065

Förbundsordförande  
Lars Liljestolpe  
Tel: 0152-51139  
E-mail: [lars.liljestolpe@bagskytte.se](mailto:lars.liljestolpe@bagskytte.se)

Sportchef  
Leif Janson  
Tel: 08-581 72 792  
Fax: 08-581 66 177

Försäljning  
**TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE**  
Tel: 0143 - 125 05  
Fax: 0143 - 315 64  
E-mail: [bagskytten@bagskytte.se](mailto:bagskytten@bagskytte.se)  
PG: 37 90 05 - 2

**DISTRIKT**

**MELLERSTANORRLANDS BF**  
Tel: Stig Hamlund, 0620-20871

**NORRA SVEALANDS BF**  
Tel: PeO Gunnars, 0243-821 07

**NORRBOTTENS BF**  
Tel: Kjell Harnesk, 0970 - 640 07

**SÖDRA NORRLANDS BF**  
Tel: Tomas Dunder, tel. 026-125732/070-5844631

**SKÅNES BF**  
Tel: Kayh Andersson, 0451-844 79

**SYDÖSTRA GÖTALANDS BF**  
Tel: Leif Kedén, 036 - 14 14 35

**VÄSTRA SVEALANDS BF**  
Tel: Bozze Karlsson, 0589-198 16

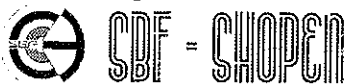
**VÄSTERBOTTENS BF**  
Tel: Berit Johansson, 090-77 69 16

**VÄSTERGÖTALANDS BF**  
Tel: Torbjörn Nordin, 0514 - 512 20

**VÄSTKUSTENS BF**  
Tel: Bo Palm, 031-46 93 81

**ÖSTERGÖTALANDS BF**  
Tel: Kjell Åke Carlsson, 0122-140-

**ÖSTRA SVEALANDS BF**  
Tel: Jane Andersson, 016- 516463 eller 070 2806699.



**Sidan 6**

Redaktions tel: 0143-125 05  
0709-61 64 22

Mail:  
[bagskytten@bagskytte.se](mailto:bagskytten@bagskytte.se)

	Reklam
LABO	sid 2, 7, 14, 15 25, 39
SBF	sid 6, 18
Scandinavian	sid 11
IL-produkter	sid 28
Bågar & Pilar	sid 20, 21
Arrownet	sid 29
Mitt i Prick	sid 40

**Antal nr 2004:10 st.**

**PRISLISTA**

Sidstorlek	Pris	Övrigt	Pris
1/1	700 kronor	Lösnummer	30 kronor
1/2	475 kronor	Pyltorget	40 kronor
1/3	345 kronor	Prenumeration	225 kr/år
1/8	260 kronor	Utänför Norden	350 kr/år
Omslag	1500 kronor (4-färg)		

**DEADLINE: 25:e i varje månad**  
**UTGIVNING: 15-20 i varje månad**

060-570130



## BÅGSKYTTE FÖR HELA FAMILJEN!

4 dicipliner & 4 skjutstilar. Välj det som passar dig. Året runt.

### Förbundsstyrelsen

#### Post

Ordförande  
Vice Ordf./PR/Sponsring  
Sportchef/Sekreterare  
Kassör  
Utbildning  
Föreningsverksamhet  
Bitr. Utbildning  
Domarfrågor  
Ungdomsverksamhet  
Ungdomsledamot  
IT-Frågor  
Förbundskapten, Olympiskt  
Skjutstilsansvarig, Compound  
Skjutstilsansvarig, Klassiskt  
Skjutstilsansvarig, Handikapp  
Förbundskapten, Ungdom  
Jämställthet (adjungerad)

#### Namn

Lars Liljenstolpe  
Leif Eriksson  
Leif Janson  
Tommy Appelqvist  
PeO Gunnars  
Kurt Lundgren  
Leif Danielsson  
Börje Jonsson  
Anders Fredriksson  
Therese Gustafsson  
Markus Sundström  
Tomas Johansson  
Dragan Patić  
Per Edling  
Lennart Nordsvahn  
Gullimar Åkerlund  
Malin Lövgren

#### Telefon

0152-51139  
060-172428  
08-581 72 792  
0491-13024  
0243-82107  
054-874487  
016-352330  
060-616104  
0582-16765  
0514-5156972  
060-612782  
021-80 38 50  
0171-58346  
0171-59467  
0911-33277  
060-570130  
0302-34504

#### Fax

060-152120  
0140-17890  
0491-786511  
054-870200  
016-516420  
060-158180  
0582-12210  
021-80 38 50  
0140-178 90  
060-578821

#### E-post

lars.liljenstolpe@bagsskytte.se  
leif.eriksson@bagsskytte.se  
leif.janson@bagsskytte.se  
mailto:tommy.appelqvist@bagsskytte.se  
peo.gunnars@bagsskytte.se  
kurt.lundgren@bagsskytte.se  
leif.danielsson@bagsskytte.se  
borje.jonsson@bagsskytte.se  
anders.fredriksson@bagsskytte.se  
therese.gustafsson@bagsskytte.se  
markus.sundstrom@bagsskytte.se  
tomas.johansson@bagsskytte.se  
dragan.patic@bagsskytte.se  
per.edling@bagsskytte.se  
lennart.nordsvahn@bagsskytte.se  
gullimar.akerlund@bagsskytte.se  
malin.lovgren@bagsskytte.se

## Nu är det klart!

Fält-SM till: Eskilstuna BSK, 7-8 augusti  
Jakt-SM till: Vetlanda BSK, 18-19 september



## DOMARHÖRNAN

### Magnock

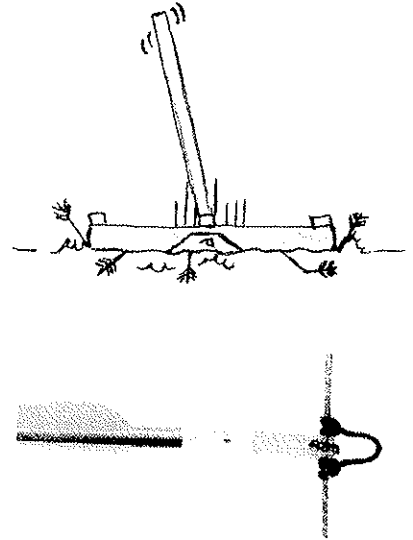
**D**et har kommit en ny nock på marknaden som kallas Magnock, se bilden till höger.

Den nya nocken så kallade "MAGNOCK" är bara tillåten i Compound men inte i övriga skjutstilar.

Detta är ett beslut som har tagits i FITA Technical Committee.

Vidare vill jag meddela att översättningen av FITA:s regelbok pågår för fullt.

Börje Jonsson.



## Licenser!

Listan över alla som innehar licens finns på förbundets hemsida.

Användarnamn: bagskytte. Lösenord: sbf

För vidare information om tillvägagångssätt m.m se sidan 33!

### Prenumerationsavgiften

För 2004 avser 10 nummer inkl. 2 dubbelnummer.  
 Prenumerationen löper med 10 nummer från betaldatum.  
 Redan under året utkomna nummer kan vid helårsprenumeration, på kundens begäran, levereras mot porto, detta med reservation för slutförsäljning!  
 Lösnummer kostar 30 kronor.

### UTGIVNING 2004

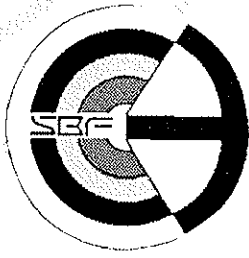
Januari utgår: dubbelnummer (1-2) utkommer den 15:e februari

Augusti utgår: dubbelnummer (8-9) utkommer den 16:e september

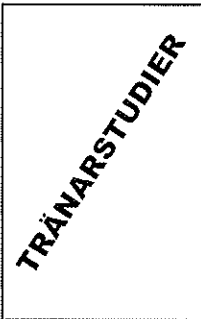
UPPMÄRKSAMMA DETTA I SAMBAND MED ERA TÄVLINGSANNONSER!



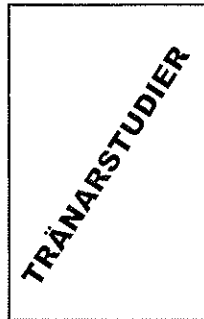
Helsidor	Mått h/b cm	Halvsidor	Mått h/b cm
700 kr	25 x 18	475 kr	12,8 x 18
Fjärdedel sidor	Mått h/b cm	Attiondels sidor	Mått h/b cm
345 kr	12,7 x 8,9	260	6,2 x 8,9
Omslag helsida	Mått h/b cm		
1 500 kr	4-Färg 28,7 x 20, Adresseringsutrymme på 2,5 cm i överkant.		



# SBF = SHOPEN



STEG 1



STEG 2

Helt nya utbildningsmaterial där Du och ni tillsammans kan hitta rätt i bågskyttets ädla konst. Steg 1 handlar om hur det är. Medan steg 2 mera är av en dialog och diskussion.

	Med märke	Utan märke
Steg 1	100	80
Steg 2	120	100

Regelboken har en helt ny SBF-del medan den gamla FITA-delen fortfarande gäller. Bra att ha även för skytten. Det gäller att veta vad som gäller!

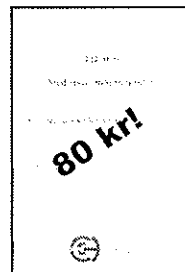
	Pris
Hel bok	270
SBF-delen	90
FITA-delen	140
Pärm+reg	40

## Regelboken

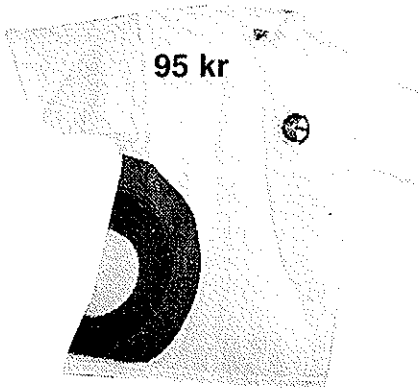
Tävling handlar mycket om förberedelser och planering. Här får du det ultimata verktyget. Perfekt för dig som tränar. Med TDK2000 är det lätt att hålla reda på vad man gjort, vad man gör och vad man skall göra. Skulle du tappa bort dig i din skjutning kan du hitta tillbaka.



Bara att sätta igång!



Träningsdagboken



95 kr



85 kr/st

## Märken



Arrowhead



FITA Stjärnmärke



Olympiskt 1100p



Compound 1100p

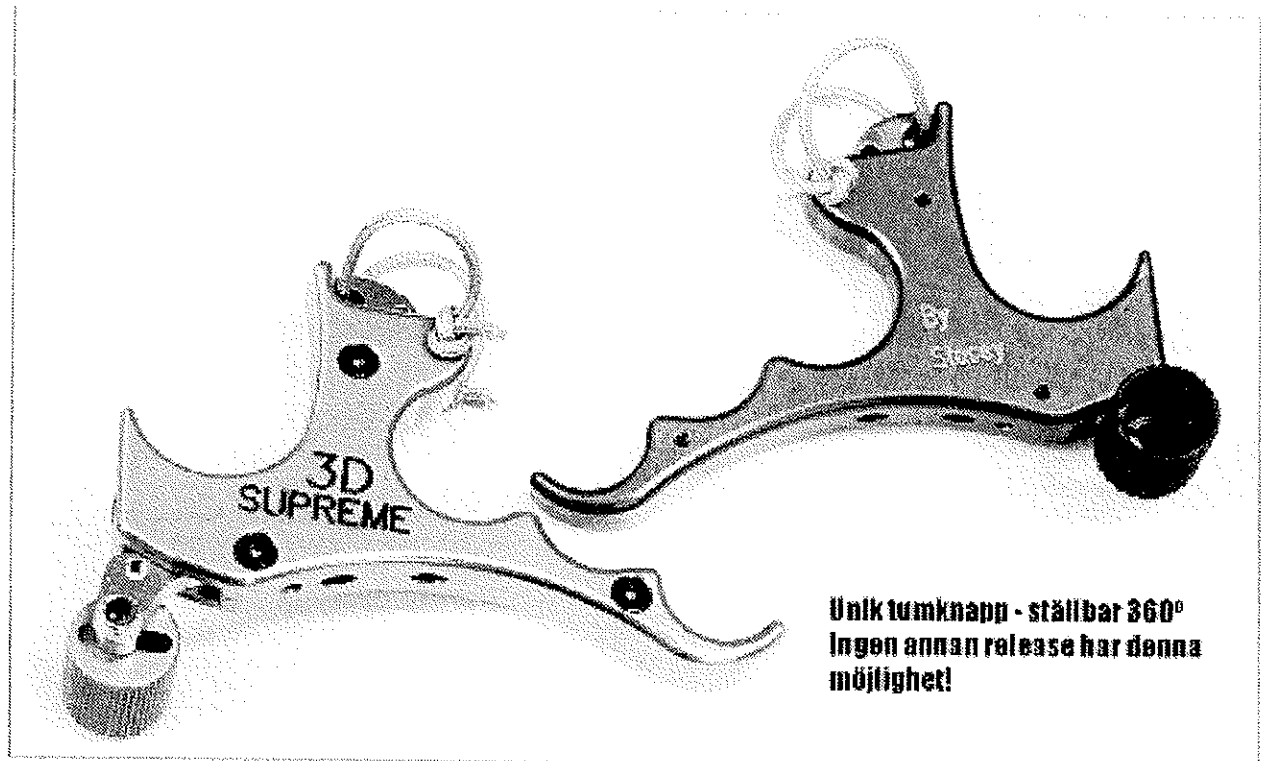


SBFs Förtjänstplakett



Klas Lundin Medaljen

OBSERVERA: De nya priserna!

**STACEY****NYHET  
2003****ARCHERY****Tumrelease "STACEY 3-D SUPREME"****Observera  
priset!****Tumrelease med  
"snabbladdning"**

Vikt.	68gram
Godkänd för loop.	Ja
Uttag för handslinga.	Ja
Vårt art. nr	7542
Pris:	1295.-

å du vi har  
nästan allt (98%)  
på lager för  
omgående leverans

**LABO IMPORT AB****SWEDEN**

15 år  
i  
högkvalitets  
bågeutrustning

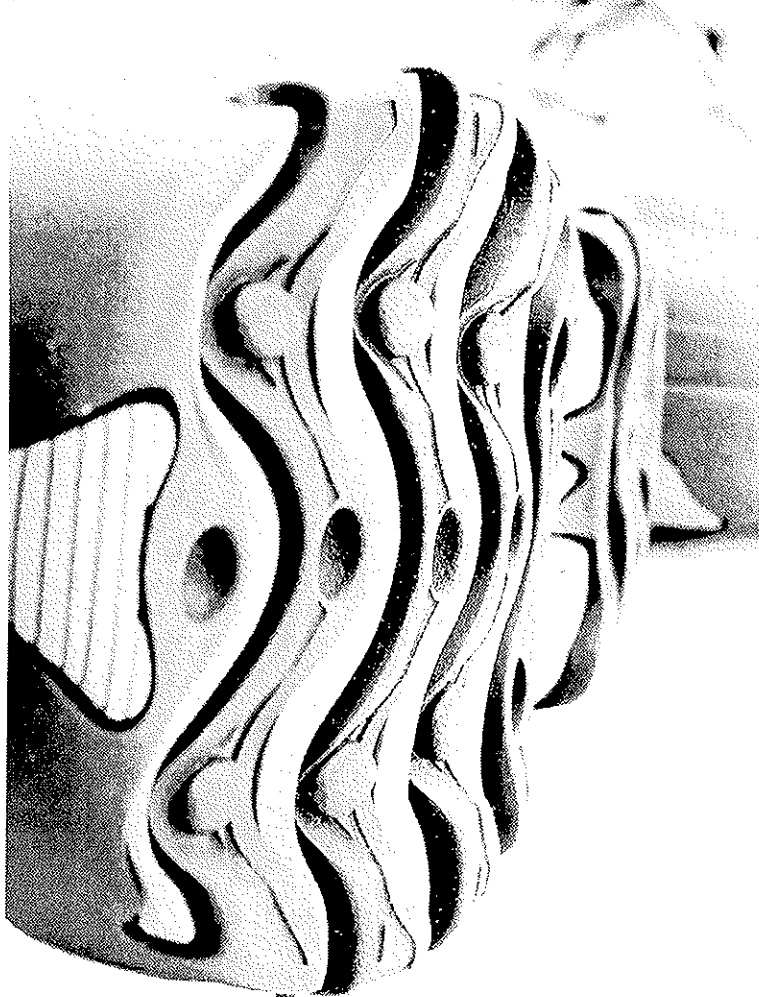
Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10

Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

Tel: 054-53 31 10  
Fax: 054-53 36 20

# VÄTA KYLER 25 GÅNGER SNABBARE ÄN LUFT!



Leif Karlsson på den lokala sportaffären i Motala berättar utförligt om konsten att inte bli blöt, för det är som sagt där som knut-punkten ligger. – Det finns en hel uppsjö av olika material anpassade för de olika lagren, säger han och

fortsätter. – När det gäller baslagret som ju är närmast kroppen finns det ingen anledning att snåla in. – Här får man vad man betalar för, annars är inte alltid dyras bäst.

– Originalet till alla andas/vattentäta material är GoreTex och det är dyrt. – Man ska nog fundera över hur aktiv är jag och vilken aktivitet håller jag på med. – Som bågskytte där man är ute i ganska tung terräng under en hel dag, exponerad för både väder och vind, räcker det inte med promenadnivå på sina kläder.

Leif visar olika plagg och berättar engagerat om hur det fungerar och vad man skall tänka på. Låt oss nu ta en titt på de olika lagren.

## Flera lager

Först lagrets uppgift (baslagret närmast kroppen) är att hålla oss torra. Det lagret skall absorbera svett och hjälpa till att transportera det vidare, ånga stiger ju som bekant uppåt. I lumpen, fick i alla fall vi grabbar lära oss, att värmen försvinner ut genom huvudet och så är det.

Hur många har inte stått framför garderoben kvällen innan och funderat över vilka kläder som kan tänkas passa till ett nyckfullt vårväder. Oftast blir det det gamla vanliga och man vet att det kommer att bli stelt, vått och kallt. Här kommer något om vad man skall tänka på.

**H**ur är det möjligt att en del kan överleva i 40 minusgrader när det dessutom blåser storm!

Svaret på den frågan är att uteslänga vinden och att inte bli blöt.

Detta är förstås viktigt även för oss bågskyttar, även om vi inte utsätter oss för extrema påfrestningar av det slaget.

Kroppen är vår främsta värmekälla, ju mer vi arbetar desto mindre kläder behöver vi och tvärt om. På en fälttävling kan det bli en hel del väntande. Huttrande försöker man hålla den krypande kylan borta tills det är dags att skjuta och då gäller det att vara på hugget dessutom. Väta kyler 25 gånger snabbare än luft därför är det viktigt att understryka att inget plagg i "klädsystemet" får bli blött (hur många gånger har man inte varit halvt dränkt?)





Lager 1

Anledningen till detta är först att värme i luften strävar uppåt mot kallare temperaturer samt att vi i huvudet och i halsen har många ytliga blodkärl. Detta gör att värmen gärna vill försvinna ut där. Ett bra tips är att skydda sig med en krage, till exempel polo-krage och en mössa som "lock". Kroppstemperaturen skall du reglera med att "öppna och stänga" kring huvudet. Ett bra fukttransporterande plagg skall vara gjort av ull- eller syntetmaterial (t ex polyester), bomull binder fukt och man blir snabbt kall.

## Andra lagret

Grundregeln är som sagt att ha tre lager av kläder där mellanlagrets uppgift är att reglera din kroppstemperatur. Det får inte vara för tätt eftersom fukten (värmen från din kropp) skall kunna fortsätta utåt. Är det kallt är det ett tjockare mellanlager du skall ha och det är luften i det här plagget som isolerar och håller dig varm. Om



Lager 2

det däremot är varmt behövs kanske inte mellanlagret alls. Plaggets skall vara av ull eller fleece som transporterar överskottsånga bra. Det är med den här delen av klädsystemet som du anpassar dig till väder och aktivitet. Vad som fungerar på en bågskyttetävling måste du pröva dig fram till. Att stå en hel dag på ett öppet tavefält, oskyddad från väder och vind kräver säkert ett annat mellanlager än om du skall gå en fältbana i varierande terräng bärande på en ryggsäck. Du blir säkert varmare och här gäller det att inte kapsla in värmen, pröva att ta bort mellanlagret.

## Tredje lagret

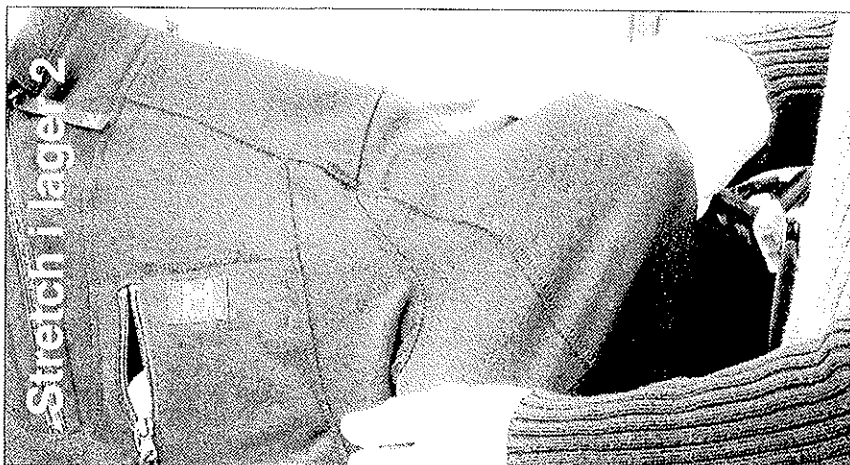
Även här skall överflödigt kroppsvärme kunna passera igenom. Uppgiften är att hålla vind och väta borta. Det är ytterst viktigt att plagget kan "andas" utåt och hålla tätt inåt. Bästa materialet är GORE-TEX. Det finns vindskyddande och vattentåliga



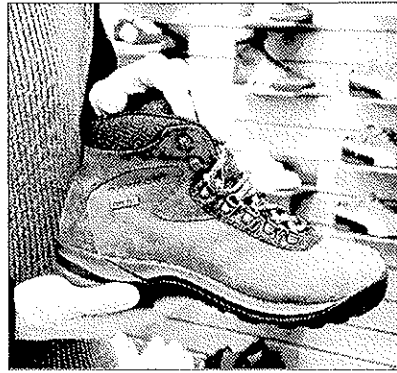
Lager 3

klädesplagg som i vissa fall kan ersätta mellanlagret om inte regnet är väldigt besvärligt och ihållande. Plagg i WINDSTOPPER Soft Shell är bra exempel. Det sistnämnda materialet tål inte att man tejpar sömmarna varför detta inte blir helt vattentätt, däremot andas det väldigt bra.

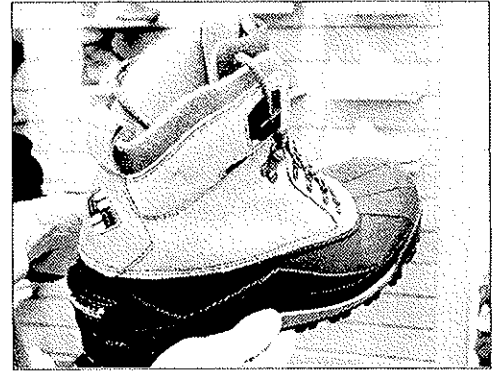
För bågskyttar kan det vara svårt att fungera bra med många lager kläder särskilt om dom dessutom inte gör jobbet. Skräckexemplet är den gummerade regnjackan som efter en hel dag är blötare av kondensen på insidan än den är på utsidan. Hur bra man än har planerat sitt "klädsystem" så dyker frågan alltid upp... skall jag skjuta med det tredje lagret på hela tiden eller skall jag ta av det och därmed blöta ned mellanlagret. Ovanstående kunskaper borde ändå gälla även oss. En del försöker vika undan sitt regnplagg från bågarmssidan och det är kanske en framkomligare medelväg än att ta av sig helt. Att ersätta mellanlagret med ett måttligt vindskyddande och vattenavstötande plagg och att bara ha tredje lagret som ett överdrag är kanske ändå bättre.



*Jag läste en kul sak om när det bildas is på insidan av skalplagget (det yttre tredje lagret). Det kunde man läsa, beror på att mellanlagret är för tjockt. Vattenången blir ju kallare ju längre bort från kroppen den kommer, är mellanlagret för tjockt stoppas transporten upp och ången fryser. Det kan ju vara bra att veta om du får is på in-sidan någon gång.*



Vanlig känga



Känga med gummifot

## Liten summering

Försök att få ditt klädsystem att vara så nära kroppen som möjligt. Det finns många stretchmaterial idag som därför kan passa oss bågskyttar utan att det blir bylsigt. En bra regel är att det är bättre att frysa i två minuter en hela dagen. Vidare är det så att det är svårt att hitta en bra balans om man blivit för varm. Jobba hellre med lite kläder och förstärkningsplagg när det behövs. Tanken för oss bågskyttar att byta ut mellanlagret mot ett Windstopper plagg och utöver det ha ett överdrag (förstärkningsplagg) är kanske värt att pröva.

## Nu till fötterna

Fötter skall hållas torra och lagom varma. Luften som finns mellan skons yttre delar och fodret fungerar som en isolering. Flera-lager-principen gäller även skor. Komforten finjusterar man med att ha rätt sockor. Det skall som i ovan vara syntet eller ull i sockan som då transporterar bort fukten från foten. För oss bågskyttar som kanske skall gå en hel dag kan det vara idé att ha dubbla sockor för att minska på friktionen och därmed minska skaderisken. I princip, säger Leif, finns det två huvudalternativ. Det ena är den vanliga GoreTex-kängan eller liknande som du bara impreg-

nerar eller fettar in. Det andra alternativet är en gummifot med ett påsytt läderskaft. – Den här kängan får man inreda själv med bra sockor och iläggssulor.

En bra känga skall ha en kraftig hälkappa och ge stöd åt hälften. Vidare skall den vara vridstyv och inte för liten. Detta eftersom fötterna gärna sväller när man går länge.

En känga som gör jobbet kostar mellan 1000-2000 kronor, berättar Leif.

## Till huvudet och händerna

Även här skall materialen inte binda fukt så bort med bomull. Bättre är det då med ylle eftersom fukten skall transporteras ut.

I huvudet skall viktiga beslut fattas om avstånd, vindavvikelser,

terrängens beskaffenhet och så vidare då får huvudet inte vara för kallt eller för varmt. Även i mössor finns bra Windstopper-material med fleesfoder.

Händerna är något av vår akilleshäla som bågskyttar, händerna är det lätta att frysa om. Anledningen till det är att dom sitt långt från hjärtat och då orkar inte alltid blodflödet ut till händer och fötter. Flera-lager-principen gäller även här, dvs ett lager som värmer och ett som skyddar. Tumvantar är bättre än fingervantar. Här är det svårt för bågskytten. En extra värmekälla i form av tillexempel glödande kolstänger och liknande kan säkert hjälpa till.



SCANDINAVIAN BOWHUNTING



# Allt för bågskytten

Sveriges bredaste sortiment

Generalagent för Hoyt, BowTech  
och High Country



[scandinavian.bowhunting@swipnet.se](mailto:scandinavian.bowhunting@swipnet.se)

Masmovägen 23, 143 32 Vårby Tel 08-710 10 71 Fax 08-740 24 24

[www.scandinavianbowhunting.com](http://www.scandinavianbowhunting.com)

# Våra OS-kandidater

Text & Bild: Mikael Svahn

Under våren kommer vi att presentera möjliga OS-skyttar, hur de tränar, tänker och förbereder sig. Föret ut i den serien blir Karin och Mikael Larsson från Sandviken (även om Mikael numera återfinns i Södertälje).

## Petra Ericsson



Ytterligare ett starkt kort i denna skara av OS-aktuella skyttar är Petra Ericsson, Lindome BK.

Petra som vunnit världens största inomhustävling i Las Vegas två gånger och bärgat inte mindre än 30 SM-guld har nu ställt inför uppgiften att bevisa för SOK att hon hör hemma på ett OS.

Under våren finns två tillfällen, första GP-tävlingen i Italien samt EM:et i Bryssel i maj månad. Här gäller det att på någon av dem bli bland de 8:a främsta dock utan att vara direkt ojämn.

**P**etra tycker att hon har goda chanser att lyckas, särskilt som hon ju varit mycket nära den placeringen under förra året. Resultaten kommer att bli höga under våren eftersom det är så mycket som står på spel, inte bara för oss svenska skyttar. – På EM kommer det att bli rena kriget, säger hon.

- Hur ser dina förberedelser ut?

- Intensiva, säger hon skrattande. – Just nu tränar jag mycket och tungt, minst ett pass om dagen och förutom skjutningen blir det både fys- och styrketräning. – Alla har förstås sin egen lilla metod och jag inriktar mig på kondition och en mer skadeförebyggande styrketräning. – Det blir fria, lätta

vikter och rörlighet, balans och koordination med andra ord, eftersom jag redan har den styrka som krävs för de 38-39# jag får ut bågen.

- Har du schemalagt din träning?

- Jag har en gjort en grov plan som jag inte följer slaviskt utan det finns utrymme för improvisation beroende på hur jag mår. – Jag har varit sjuk i tre omgångar den här vintern vilket gjort att jag fått revidera en del i planen.

- Mycket handlar om sådant som fungerat förr om åren och jag pratar mycket med Matte Palmér och Göran Bjerendal hemma i klubben och Tomas Johansson i landslaget. – Annars blir det att träna mycket med min sambo som själv jobbat mycket med en fotbollstränare i Norge vid namn Sverre Heggen.

– Det är hur man lägger upp träningsplaner och hur man skall träna för att undvika att slita ut kroppen.

– Det är nyttigt att försöka ta till sig erfarenheter även från andra idrotter.

- Vad har du för starka sidor?

- Det är nog lite kombinationer av att vara noggrann med att göra samma saker om och om igen och att verkligen tycka om att skjuta matcher. – Det tog några säsonger att ställa om från 1440-ronden till att skjuta matcher. – Det är ett lite annat sätt att tänka när det är match och få pilar på kort tid. – På den stora ronden kan man reparera en del misstag medan det i matchskyttet gäller att vara helt fokuserad direkt på varje pil. – Allvsenskan är i det avseendet en underbar tävlingsform, här får man öva sig i att ge järnet direkt i korta matcher, det gäller att vara offensiv och ta tag i matchen direkt.

- Vad har du för svaga sidor?

- Ibland kan jag nog vara för noggrann. – Om jag skjuter en 8:a är det inte slarv utan då har jag försökt vara för noggrann.

- Händer det att du tränar tuffheten?

- Fältskyttet tycker jag har hjälpt en hel del och så kan man ju ta vara på allt möjligt som kräver lite extra. På jobbet håller jag en hel del kurser och pratar inför folk vilket inverkar positivt på både självförtroendet och tuffheten.

- *Sponsorer?*

- Det ser ganska bra ut. – Jag har fått ju medel från SOK och så har jag lyckats få sju egna sponsorer. – Allt som allt kommer jag att vara ledig 14 veckor fram till OS.

## Elin Kättström



Elin Kättström, Finspångs BSK har sedan i somras höjt sig en bit. Det var imponerande när hon i Malmö Archery Open pressade Petra om slutsegern. Hon känner själv att hon blivit starkare rent mentalt i sådana situationer. Elin har i bagaget 1 JEM, 2 nordiska mästerskap som senior och hela 13 svenska mästerskap varav 3 som senior.

- *Hur ser dina chanser ut att nå en plats i OS?*

- Vet inte riktigt men det blir inte lätt, det handlar ju om att erövra en egen plats så att vi kan få ett lag. – Jag känner att jag blivit mentalt starkare i pressade situationer.

- *Vad har du för starka sidor?*

- Jag är positiv och envis, säger hon. – Det är bra, så att man kan hämta sig från en dålig pil.

- *Vad har du för svaga sidor?*

- Det är nog att jag bryr mig lite för mycket så att jag gräver ner mig om det går dåligt.

- *Ekonomi?*

- Mamma och pappa är mina sponsorer och så har jag sökt ett stipendium från SOK men det har jag inte fått svar på ännu.

- *Tränare?*

- Pappa är min tränare och Tomas Johansson ibland.

- *Vad är du mest nöjd med i din skjutning?*

- Allt! Säger hon, fast kanske mest mina släpp.

**E**lin berättar att hennes skjutning inte förändrats så mycket genom åren. – Den var enkel från början och så har det blivit. Elin berättar också att hon tränat målmedvetet sedan hon var i 14-15 årsåldern och att hennes första landslagsuppdrag som senior var en GP-tävling i Tyskland för tre år sedan.

- *Har du haft någon förebild?*

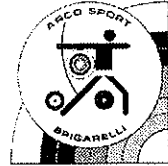
- Jenny är den som jag titta på från början, hon skjuter jättefint.

Hon har ingen speciell träningsplan utan tränar ungefär som hon brukar det vill säga skjutning 5 gånger i veckan och fysträning 3 gånger varje vecka. Fysträningen blir på gymmet, löpbandet används flitigt och styrketräningen sker i maskiner. Han jobbar med lätta vikter för uthållighetens skull och för att få en balans i kroppen.

### Svar på korsordet i nummer 1-2

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| 1. Gateway feather | 11. Eagle       |
| 2. Samwha          | 12. Beman       |
| 3. Tru Flight      | 13. Cavalier    |
| 4. Samic           | 14. Arco        |
| 5. Chiltern        | 15. Falken      |
| 6. Mathews         | 16. Hoyt        |
| 7. Carter          | 17. NAP         |
| 8. Alpine          | 18. Duravane    |
| 9. Spinwing        | 19. Ben Pearson |
| 10. Spigarelli     |                 |

# ARCO SPORT SPIGARELLI S.N.C.



## Spigarelli compoundsikte "EVO"

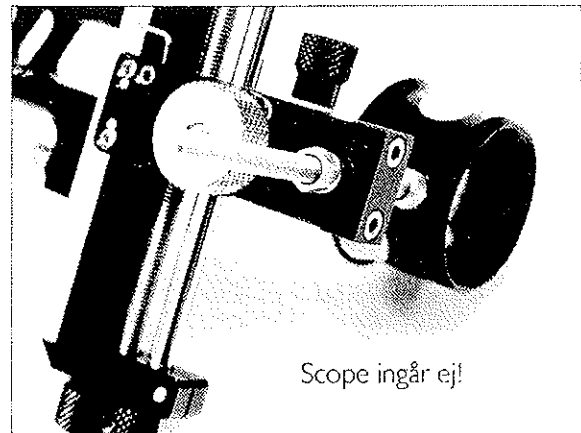
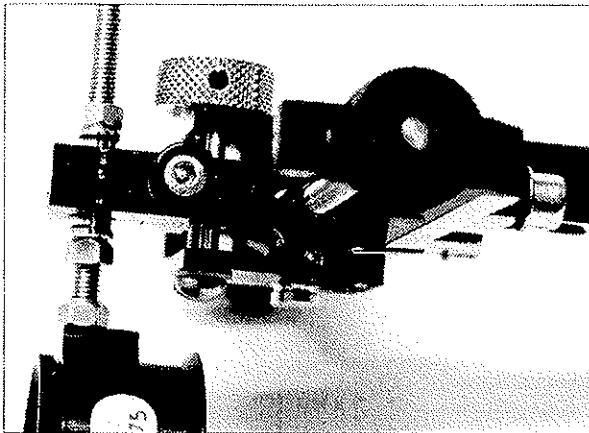


**Mycket välgjort  
compoundsikte - för den  
krävande skytten!**

Vikt: 270gram  
Mått: 28 x 13,3 x 3,8cm  
Scopegånga: 10/32"  
Snabbjustering: Höjdled  
Sidojustering: Alla riktningar  
Vårt art. nr 2019  
Pris: 1895:-

**NYHET  
2003**

**Levereras i väska gjord just för detta sikte**



Scope ingår ej!

# LABO IMPORT AB

SWEDEN

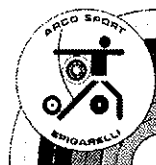
Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10

Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

Tel: 054-53 31 10  
Fax: 054-53 36 20

# ARCO SPORT SPIGARELLI S.N.C.



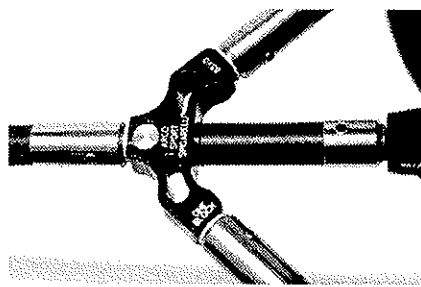
## V-Bar Spigarelli med snabbfäste



**NYHET**  
**2003**

## Första V-baren med Integrerat snabbfäste

Vikt: 65 gram  
Mått: 8,5 x 4,2 x 1,8cm  
Vinkel sidled: 85°  
Vinkel höjddled: 0° eller 15°  
Vårt art. nr 2283  
Pris: 445:-

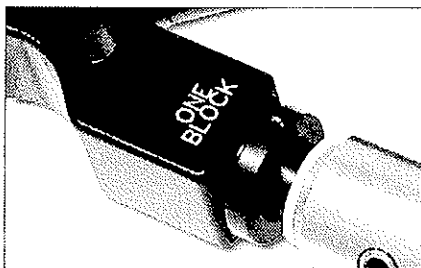
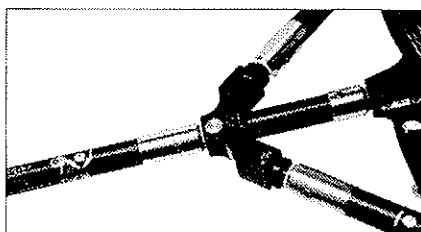


## V-Bar Spigarelli med snabb- fäste och dämpare "TFC"



## Första V-baren med Integrerat snabbfäste och Inbyggda dämpare

Vikt: 99 gram  
Mått: 10 x 4,5 x 2,0cm  
Vinkel sidled: 85°  
Vinkel höjddled: 0°  
Vårt art. nr 2282  
Pris: 595:-



DU HAR VÄL SETT DE NYA PILPRISERNA!

# LABO IMPORT AB

SWEDEN

Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10  
Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

Tel: 054-53 31 10  
Fax: 054-53 36 20

# ÖGAT

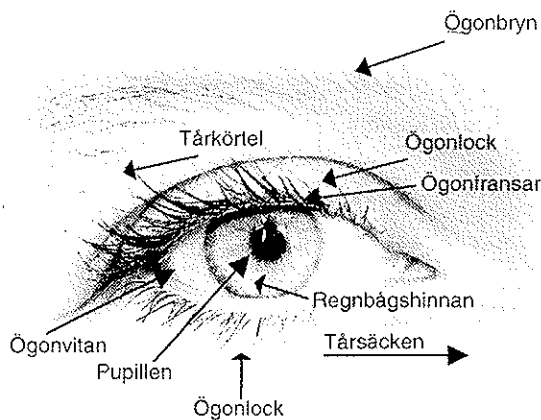
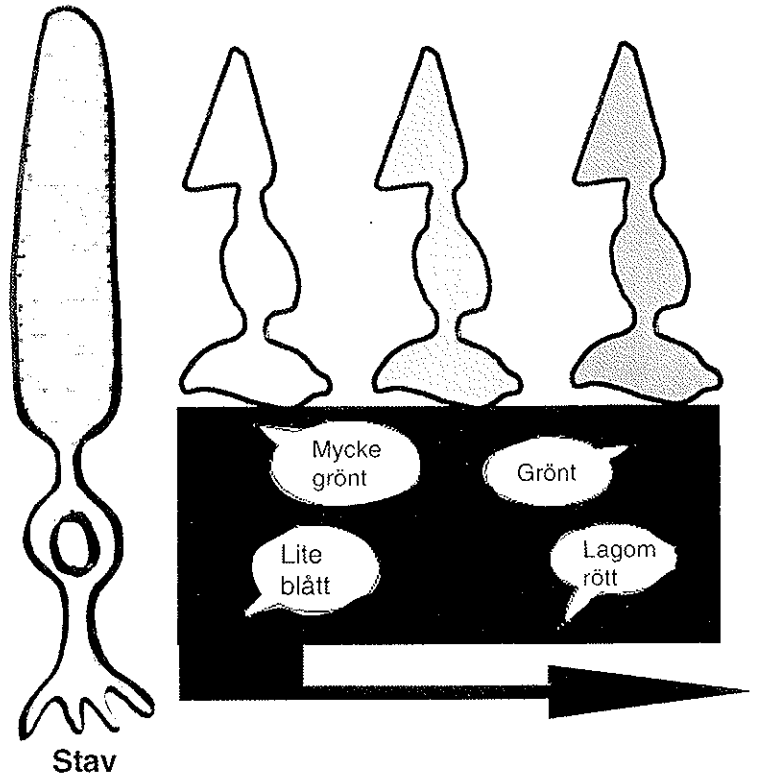
”I mörkret blir alla katter grå”

Hur går det till när ljusintycken förvandlas till en jaktfigur eller en trespott? Här nedan förklaras de mest grundläggande delarna i ögat och hur de fungerar för att vi skall kunna se.

**N**äthinnan består av två slags ljuskänsliga celler, det ena är TAPPAR och dom är känsliga för färgerna röd, grön och blå. Den andra celltypen är STAVAR och dom är känsliga för ljus och mörker.

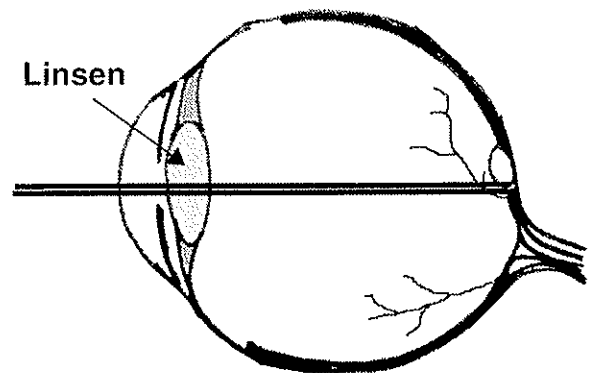
Framför näthinnan sitter ytterligare ett lager med nervceller vars uppgift är att jämföra hur mycket ljus varje tapp och stav fått och ”berätta” detta för hjärnan via signaler.

Visst borde tappar och stavar ligga närmast ljuset istället för i ögats botten men det beror på hur ögat utvecklats. De första ”ögonen” bestod av några få ljuskänsliga celler på utsidan av ett mycket enkelt djur. De ljuskänsliga cellerna växte sedan in i djuret och andra celler växte över, till slut hade ögat bildats runt om med de ljuskänsliga cellerna längst bak.



## Regnbågshinnan

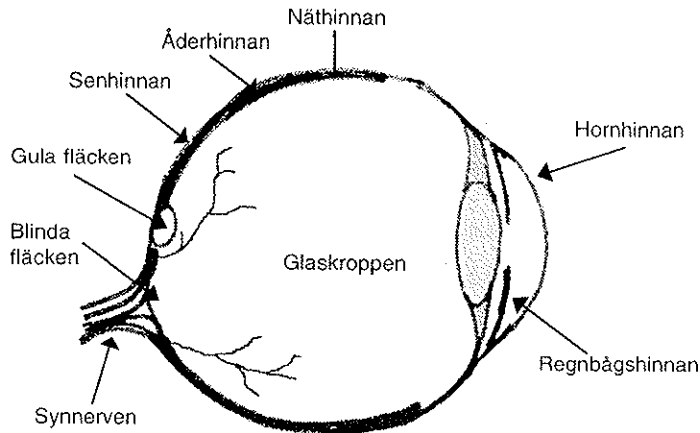
Det är regnbågshinnan som visar din ögonfärg. Ögonfärgen ärver du från dina föräldrar.



## Ljusstrålen

Ljus går in genom pupillen och linsen för att till slut träffa hornhinnan i ögats botten. Pupillens storlek anpassas efter hur starkt ljuset är. Hornhinnan är ett genomskinligt skinn över ögat.



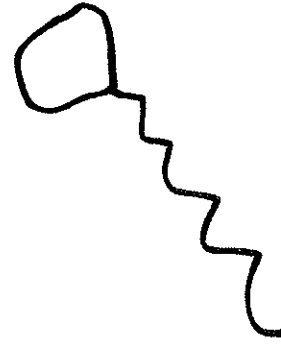


### Gula fläcken

Här finns nästan inga andra nervceller som skymmer ljuset. Här finns de flesta av tapparna och här ser du allra bäst. Gula fläcken är omkring 1,5 mm stor.

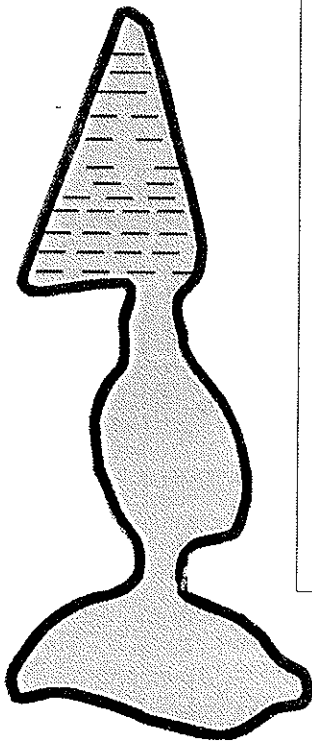
### Blinda fläcken

Här går nervtrådarna ut genom näthinnan, genom benet i ögonhålan och ut till hjärnan. Nervtrådarna bildar en "sladd" som är 1,5 mm tjock. I blinda fläcken finns inga tappar och inga stava, vi ser inget.



### Synpurpur (Retinal)

En del av synpurpurn ser ut ungefär som en ring med en svans. När ljuset träffar svansen ändrar den form och en signal skickas till hjärnan som då uppfattar en färg.



### Synpurpur

I tapparna finns ett ljuskänsligt ämne "synpurpur" som ligger inbäddat i små veck eller membran. Vecken är omgivet av ett tunt "skinn" och det är där som själva synpurpurn finns. En del av synpurpurn ser ut som en ring med en svans på och när ljuset träffar svansen ändrar den form vilket leder till att en signal går till hjärnan. Därefter sätter hjärnan ihop signalerna till färgbilder så att vi begriper vad vi ser. Retinalet eller synpurpurn är släkt med vitamin A därför är det bra för synen att äta t ex morötter. Egentligen täcks störst del av näthinnan av "blå" tappar och ju längre ut i synfältet man kommer desto sämre ser vi färger. Allra längst ut i ögonvrån där endast stavarna finns är vi färgblinda och vi har svårt med färger när det är mörkt.

## FINAL I LABO-BÅGSKYTTEALLSVENSKAN

**Kom och se den spännande Finalen i LABO-Bågskytte Allsvenskan**  
**Finalen avgöres Fredagen den 12 mars, Kl: 18.30**  
**Svenska Mässan, Skånevägen, Göteborg**

Passa på att kom och titta på, heja fram, din eller Era favoriter när årets allsvenska bågskytte finaler avgöres i samband med Svenska Mästerskapen i Mässhallen, Göteborg, kvällen före SM. Korande och prisutdelning av vinnare kommer ske under lämplig paus på söndagen den 14/3. Vilka årets finalister blir?? är idag ännu ej klart, sista delen skjuts ju den 21-22 februari. Vilket eller vilka lag kan vi förvänta oss att se??

Följande lag har varit med i årets Allsvenska:

<u>Norra gruppen</u>	<u>Mellan gruppen</u>	<u>Södra gruppen</u>
IF Ulvarna	<b>BS Grästorp</b>	<b>Lindome BK</b>
Rembo IK	Tranås BSK	Trelleborgs BK
BSK Sturarna	Borås BS	Angered's BS
(Umeå BK)	Kungsängens BK	Alingsås BK

### EN UPPMANING:

Passa nu på att KVALA in till nästa års Allsvenska på 2004-års SM (för Vi förutsätter att NI vill att Allsvenska ska fortsätta )

Enda förutsättning är att laget består av en Klassisk, en Fristil och en Compound -skytt samt om så önskas reservskytt, enligt reglerna.

### ANMÄLAN:

Före eller under SM, dock **SENAST** under lördagen den 13 mars ,  
 Till Kurt Lundgren eller Bo Palm  
 Eventuella frågor besvaras av desamma

Varmt välkomna till se Finalen hälsar

Västkustens Bågskytteförbund, Bo Palm, SBF Kurt Lundgren



WASABODEN AB  
 IDROTTSPRISER & GRÄVYR  
 ERIK DAHLBERGSGATAN 20, 411 26 GÖTEBORG  
 TEL. 031-711 37 69, 13 78 27  
 FAX. 031-711 97 69



**LABO IMPORT AB**  
 SWEDEN

# Yngre Junior Trofén

Per den 27 februari 2004  
och 9 tävling

Av: Henry Jonson

Plac	Förening	Deltagare	Starter	Poäng
1	Tyresö BS	7	12	46
2	Huskvarna BK	6	10	36
3	Eskilstuna BS	8	15	35
4	Skogens IF	12	18	30
5	BS Grästorp	6	9	29
6	Stocka BSK	6	6	23
7	BK Fjädern	4	8	20
8	Karlstads BK	3	6	19
9	BK Friskyttarna	2	5	18
10	BK Fiskgjusen	2	5	15
11	Hammarö BSK	1	2	14
	Finspångs BSK	1	4	14
	Kiruna BK	6	6	14
14	Trelleborgs BK	2	2	13
	BK Dalpilen	3	3	13
	Tranås BSK	3	4	13
17	Järnvägens IF	2	6	12
18	Sundsvall/Ortvikens B)	2	2	11
19	Rumskulla GOIF	1	2	10
20	Vänersborgs BK	1	2	9
	Mjölby BS	2	2	9
	Borås BS	2	3	9
	Lindome BK	3	3	9
24	Pauliströms IF	4	7	8
25	Vetlanda BSK	2	3	7
	Södertälje BF	4	6	7

27	IK Österviking	2	2	6
	BSK Hudik	5	5	6
29	BS Kil	1	2	5
	Kristianstads BK	2	2	5
	Lammhults BSK	2	2	5
	Piteå BK	2	2	5
	Ronneby BF	2	2	5
	BSK Iggesund	3	3	5
35	Alingsås BK	1	1	4
	BS Vaggeryd	1	1	4
	Sollefteå BK	1	1	4
	Strängnäs BK	2	4	4
	Säters IF/BK	2	4	4
	Grimslövs AIF	3	3	4
	Kristinehamns BK	3	3	4
42	Stockholms BK	1	1	3
43	Tibro BS	1	1	2
	Upplands Väsby BK	1	1	2
	Kungsängens BK	1	1	2
	Älvenäs BK	1	2	2
	Linköpings BSK	2	2	2
48	BK Björnen	1	1	1
	BSK Sturarna	1	1	1
	Rejmyre BSK	1	1	1
	Västerviks BK	1	1	1
	Summa	138	200	530

**PRENUMERERA PÅ  
TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE!**


**225 kr till PG: 37 90 05 - 2**

**0143-125 05, bagskytten@bagskytte.se**



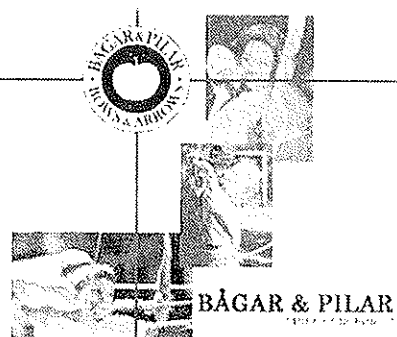
Triewaldsgränd 3 : 111 29 Stockholm : Tel 08-21 91 68 : Fax 08-20 46 20 : [www.bagaropilar.com](http://www.bagaropilar.com)

# www.bagaropilar.com




**8:00 till 17:00 för  
bågskytte**


:: [www.bagaropilar.com](http://www.bagaropilar.com) ::



**BÅGAR & PILAR**  
1975 - 2010




Välkommen in till vår butik centralt belägen i Gamla Stan, Stockholm. Ulrika Bengtson ger såväl nybörjare som vana bågskyttar all den service du behöver. Du kan kontakta Ulrika via email eller ring 08-219168.



**:: Öppettider ::**  
Mån & Ons-Fre 10.00-16.30  
Tisdagar 10.00-18.00  
Lördagar efter överenskommelse

**:: Adress ::**  
Triewaldsgränd 3, 111 29 Stockholm  
08-21 91 68, fax 08-20 46 20  
Skicka epost: [info@bagaropilar.com](mailto:info@bagaropilar.com)

Bagar och Pilar is a Associate Member of

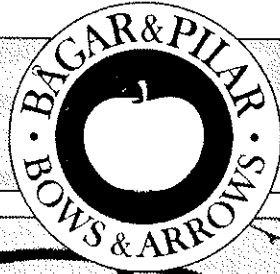


FITA the International Archery Federation

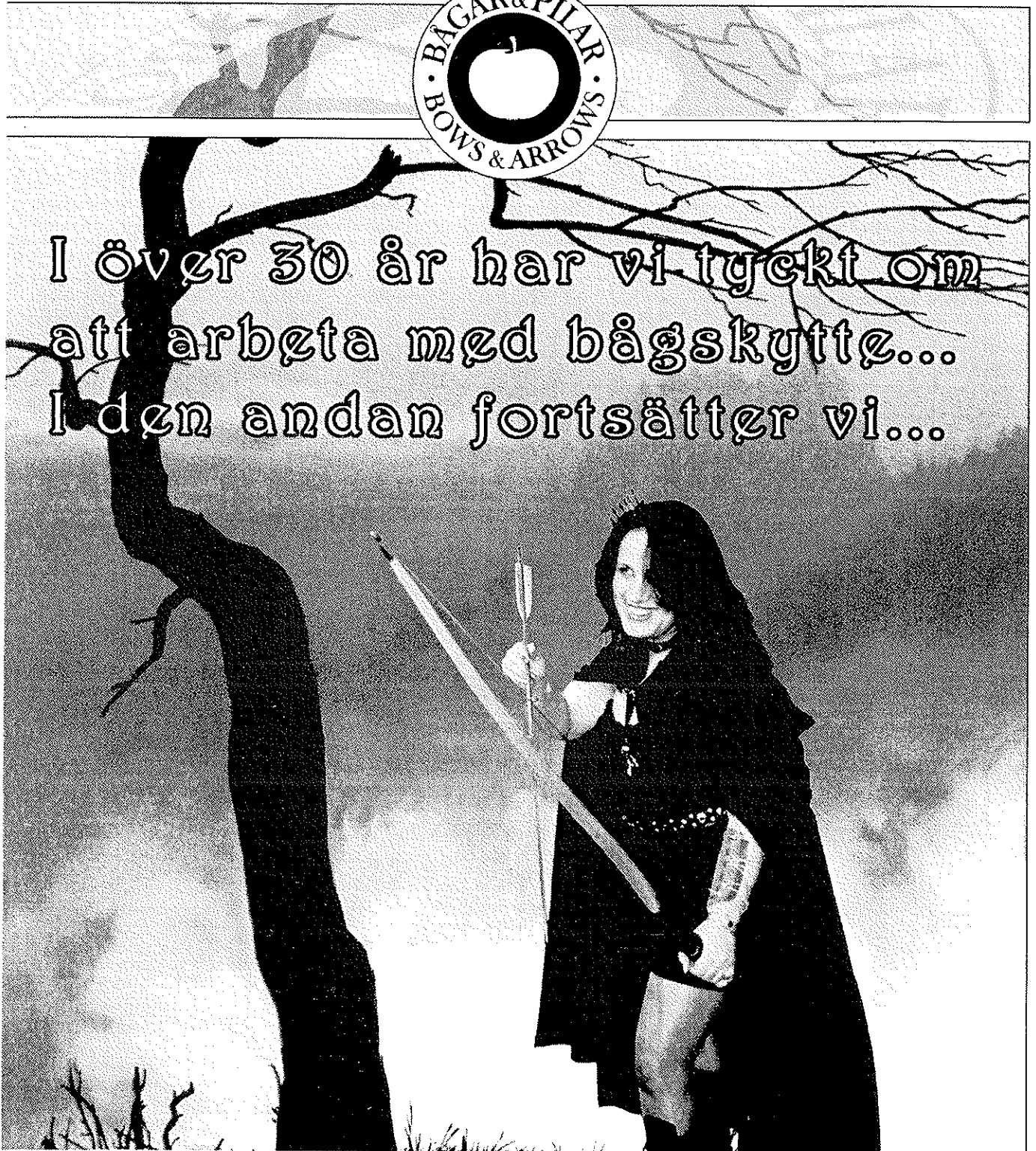
**Information   Produkter   Böcker**

## Uppdaterade priser...

Triewaldsgränd 3 : 111 29 Stockholm : Tel 08-21 91 68 : Fax 08-20 46 20 : [www.bagaropilar.com](http://www.bagaropilar.com)



I över 30 år har vi tyckt om  
att arbeta med bågskytte...  
I den andan fortsätter vi...



# Våren är här!

## Kratta löv och trimma bågen

Text & bild: Mikael Svahn

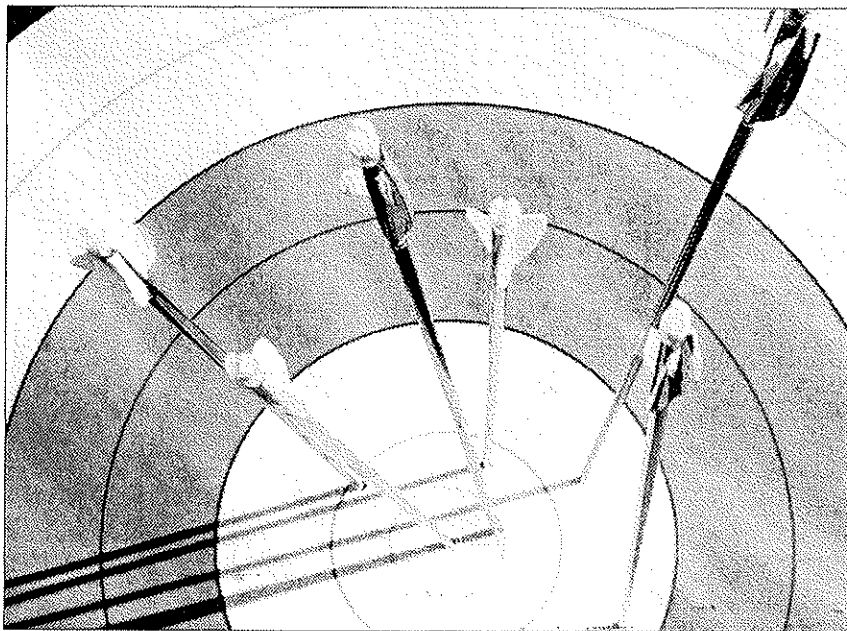
Att förbereda sig för utomhussäsongen kan inte göras tidigt nog. Låt inte din iver hämmas. Så fort temperaturen stiger över nollan står man där i nyputsade gumstövlar på den enda grästuvan som sticker upp ur det översvämmade skjutfältet. Alla reparationer av nockar och fenor som inte blev gjorda i höstas är nu åtgärdade och med darrande hand läggs första kolfiberpilen på bågen....swich! våren är här!

*För högerskyttar!*

### Första trimningen

**D**et har under åren skrivits en hel del om detta med trimning med det skadar inte att frächa upp minnet nu när det är dags igen.

Ulf Persson berättade så här i en artikel från förr förra året. – Det första jag gör är att sätta an-greppsvinkeln i förhållande till hur lätt eller tung pilen är. Om det är en kol- eller aluminiumpil och



om skytten har små eller stora fingrar. – Det har också betydelse om fingrarna är stela eller mjuka i avdraget. – Plungern ställer jag in på något hårdare än medium, då finns det marginaler åt båda hållen. – Rekurvehyllan rör jag inte mer efter det. – Sedan gäller det att prova sig fram till en passande pil om man nu inte redan har sådana. – Spetsvikten försöker jag ha till ett minimum av 80 grains.

– Därefter blir det till att grupperingsskjuta och justera med plunger och pilhylla.

– *Tänk på att inte försöka korrigera att felaktigt pilval med plungern!*

– På compoundbågen gör jag samma sak. – Den skall vara centerskjuten, kontrollera islag, gå sedan ut och grupperingsskjut.

– Flytta hyllan tills du får de bästa grupperingarna. – Ha som utgångspunkt att ställa pilhyllan i mitten av greppet.

– Ofta är det också så att pilhyllan skall vara så mjuk nedåt som möjligt.

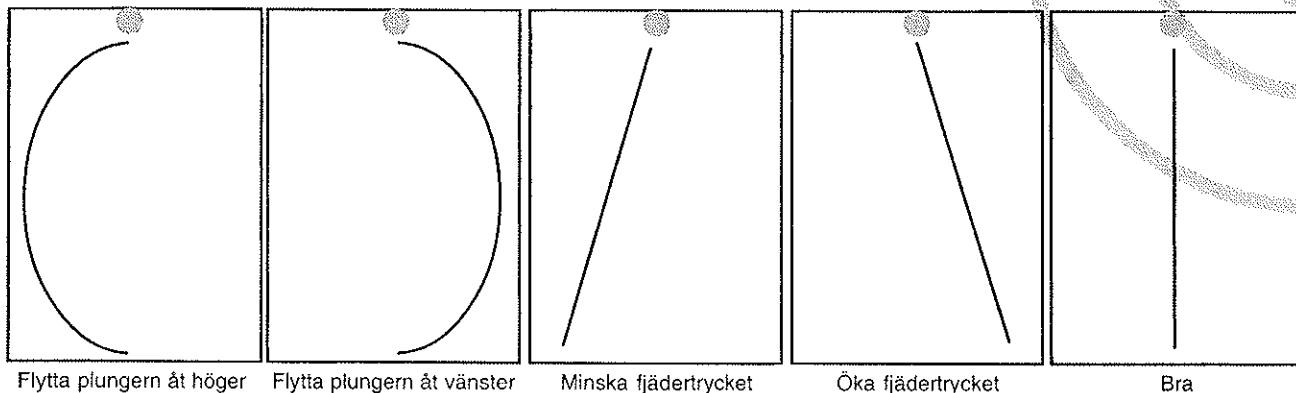
Innan du börjar med trimningsövningarna skall du ställa in ditt nockläge och din stränghöjd.

Nockläget för de smalare utomhuspilarna har du kanske nedtecknat annars finns den gamla vanliga formeln: övre tiller – undre tiller, delat på två plus pilens tjocklek. Detta kanske inte alls stämmer men kan mycket väl vara en bra början. Utgå dock från att nockläget inte skall vara lägre en pilens tjocklek.

### Olika trimningsövningar

#### Grupperingstest

Skjut inte mindre än 6-8 pilar per serie när du grupperingstestar, du får ett bättre utfall och en tydligare träffbild med många pilar.



Ställ dig på ett avstånd du behärskar, det ger ett bättre resultat än om du prompt skall stå på t ex 70 meter.

### Walk Back test

Detta är ett test där du justerar din plunger. Ställ dig på 15 meter och fäst en siktpunkt högt på tavlan. Häng ett snöre eller en sträng under punkten som ett lod. Gå bakåt i intervaller om fem meter och skjut en pil i taget tills du får en horisontell "linje" med pilar. I diagrammen ovan kan du se hur du skall justera din plunger.

### Papperstest

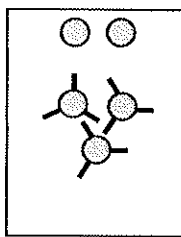
Papperstestet handlar mest om att ställa in nockläget. Det kan vara aningen missvisande om du läser in för mycket i de spår du får efter varje skott. Eftersom pilen beskriver en ormningsrörelse fram och tillbaka kan revan åt vänster bli en reva åt höger om du ändrar avståndet till pappret.



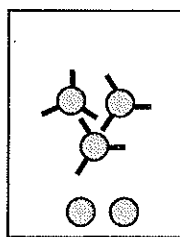
- A: Bra  
B: Höj nockläget  
C: Sänk nockläget.

### Barskaftstest

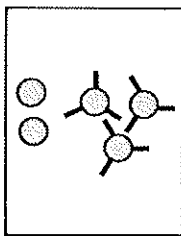
Att skjuta ett barskaft för att sedan jämföra resultatet med tre fjädrade pilar bygger på tanken att den ofjädrade pilen är känsligare för påverkan utan stabiliserande fjädrar. Exemplet nedan visar på lämpliga åtgärder.



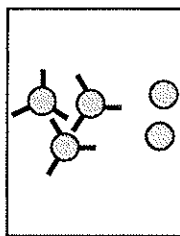
Höj nockläget



Sänk nockläget



Minska fjäder-spänningen, öka bågstyrkan eller spetsvikten



Öka fjäder-spänningen, minska bågstyrkan eller spetsvikten

### Islag

Kontrollera islag det första du gör. Inget fungerar om du har islag. Testa att spraya eller pudra delar av bågen och sista delen av pilen. Om fjädrarna slår i pilhyllan försök att roteranocken en liten bit i taget tills islaget försvinner. Om inget annat hjälper flytta ut plungerknappen lite från bågen.

### Stel plunger

Metoden att först skjuta in bra grupperingar med en plunger där fjädern är utbytt mot en bit tändsticka eller liknande för att bli helt stel. Sedan sätter man tillbaka fjädern och göra den slutliga fintrimningen igen är en bra metod. Skjut barskaftstestet eller skjut genom papper. Barskaft eller reva åt vänster antyder ett vekt skaft medan motsvarande åt höger indikerar ett styvt skaft. Med den stela plungern kan du vid ett för vekt skaft minska båg- eller spetsvikten. Om skaftet är för styvt ökas båg- eller spetsvikten. Sätt nu tillbaka fjädern i plungern och linjera pilskatets insida med strängens utsida. Försök att från 18 meter skjuta så bra grupperingar som möjligt. Justera med fjädern i plungern. Om pilarna grupperar till vänster om centrum mjuka fjädertrycket i plungern. Om pilarna grupperar till höger om centrum öka fjädertrycket i plungern.

*Not: Roterar du fjädern en kvarts tum dvs 90 grader kommer pilen att sidledes flytta sig ungefär 4 tum på 40 meter.*

### Fintrimning

Ställ dig på 60-70 meter och skjut minst 6 pilar i varje serie. Styva plungern ett halvt varv efter varje serie, byt tapet efter varje ny serie och notera inställningarna och håll på så tills grupperingen öppnar sig. Gör därefter samma sak igen fast då minskar du fjädertrycket istället. Välj den inställning som gav tätast gruppering.

Ställ dig nu på 18 meter och skjut en grupp i centrum av tapeten. Skjut därefter ett barskaft och notera vart det träffar. Om nu något skulle hända räcker det med att du justerar plungertrycket tills barskaftet träffar just på den platsen.

*Trimningen har nu lärt dig vart barskaftet skall träffa för att din trimning skall vara bra, du behöver inte gissa eller söka dig fram till din bästa inställning.*

#### F.O.C

*Front Of Center är ett begrepp som handlar om vart pilens tungdpunkt befinner sig i förhållande till pilens fysiska tyngdpunkt. Stora fjädrar flyttar F.O.C närmarenocken medan en tyngre spets flyttar F.O.C närmare spetsen. Träpilen vill ha stora fjädrar och därmed F.O.C närmare pilens fysiska centrum medan det för kolfiberpilen fungerar tvärt om.*

*Samtidigt är det så att mer vikt i nockändan gör pilen dynamiskt*

*styvare medan en viktökning av spetsen gör pilen mjukare.*

*I princip kan man säga att det är bättre med ett kortare avstånd mellan F.O.C och spets vid skjutning på långa avstånd. Tyngdpunkten samlar energin kring sig och "drar" pilen mot målet.*

*I detta läge (långa skjutavstånd) gäller att fjädrarna (som styrelement) har mindre betydelse och att trimningen betyder mer.*

## NYHETER!



**F**rån Beman kommer ovanstående pil. Den inte något annat än en kolfiberpil som ser ut och känns som en träpil.

Vad skall det ta vägen? Visst är den snygg men snart kanske vi kan köpa en compoundbåge som både känns och ser ut som en långbåge.

Pilen är gjord av compositfibrer och har den något "fordonslika" benämningen C2 ICS Classic.

### KÖPES!

Recurvebåge för högerskytt 68 - 70"  
34 - 36 lbs. köpes.

Komplett utrustning har också  
intresse.

per.durr@swipnet.se



# PASSA PÅ!

Gäller vid beställning på i vår webbutik [www.labo.se](http://www.labo.se)

	Förr	NU!
Jazz (lila) .....	40:-	24:-
Platinum (grå) .....	55:-	38:-
X7 Eclipse (svart) .....	85:-	49:-
X7 Cobalt (blå) .....	95:-	55:-
Redline .....	109:-	66:-
ACC .....	140:-	105:-
ACE .....	279:-	199:-
Navigator* .....	199:-	139:-
X10* .....	319:-	249:-

\* Beställningsvara, säljes i hela dussin

Hos oss får du:  
15 års erfarenhet  
Ett enormt lager  
Snabba leveranser  
Kunnig personal  
2000 m<sup>2</sup> lokalyta  
Webbshop dygnet runt  
6 tefonlinjer  
Egen katalog

Beställer du 12 st pilar av samma sort och dimmension får du dessutom 10% rabatt!

## EASTON®

### **LABO IMPORT AB**

**SWEDEN**

Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10

Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

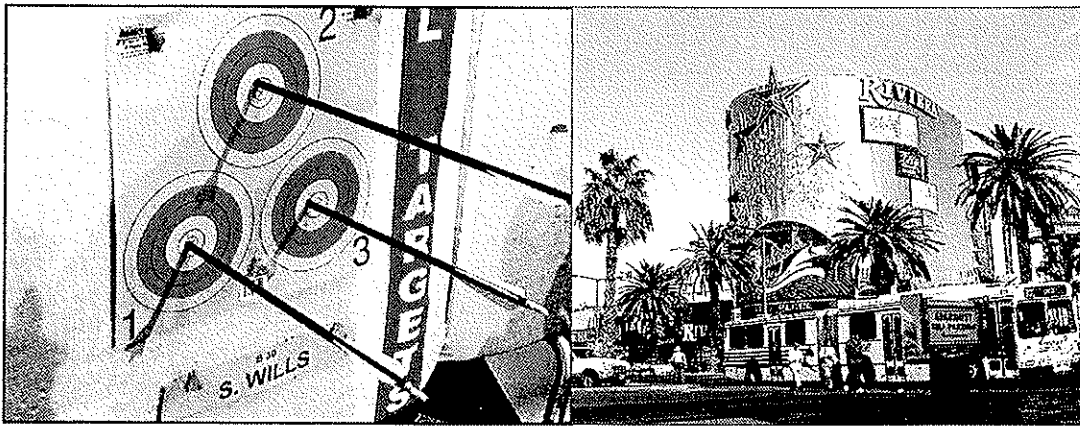
Tel: 054-53 31 10

Fax: 054-53 36 20

# LAS VEGAS



Text: Mikael Svahn

Bilder: Photos taken by Glyn Goodwin and supplied courtesy of Alternative Sporting Services - <http://www.alservices.co.uk>

Världens största inomhus-tävling har avgjorts med inte mindre än 10 compoundherrar och en dam att tangeras 900 poängsgränsen efter tre dagars skjutning. Bästa svenska insats blev Magnus Pettersson, Lindome BK på en fin 3:e plats.

**I**den stenhårda konkurrensen blev placeringarna 3, 13 och 26 de tre bästa svenska insatserna

vid årets upplaga av "The 2004 World Archery Festival" i Las Vegas. Magnus Pettersson, Lindome BK lyckades bäst med sin tredjeplats och 750 dollar i prispengar. Kjell Eriksson, Linköpings BSK blev 13:e i sin klass och 300 dollar rikare medan Morgan Lundin blev 26:a med 245 dollar på prischekken.

## USA i fristilstoppen

Richard Johnson vann fristilsklassen på totalt 880p knappt före landsmannen Victor Wunderle 878. Magnus på tredje plats således endast slagen med 2 poäng. Magnus startade lite trevande med 287p för att sedan skjuta upp sig med högsta resultaten de två övriga dagarna.

## Morgan 26:a

Inte mindre än 10 compoundherrar gjorde 900p efter 3 dagars intensivt tävlande. Reo Wild, USA, sköt flest antal kryss någonsin och tre tidigare vinnare fanns med bland de top-10, Dave Barnsdale, Cave Cousins och Chance Beabouef. Efter två ronder med "normal" poängräkning (stortia) ändrade man så till att linjeträffar räknades som "ut", en kant tia blev således en nia.

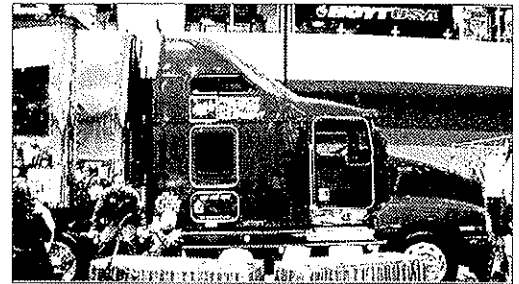
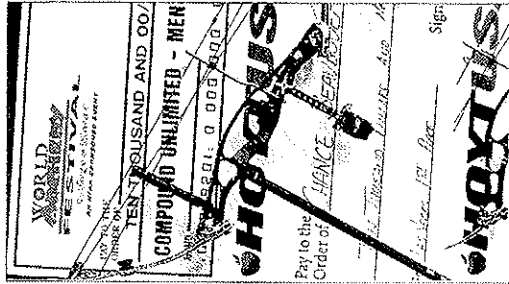


Efter ytterligare fyra ronder stod Chance Beabouef som slutlig segrare.

## Zorn i topp

Damernas compounddivison vanns inte helt oväntat av Mary Zorn, USA på fina 900p.

Ytterligare tre svenskar fans på plats nämligen Magnus Carlsson, Trelleborg (109:a), Christian Nilsson, Lindome (147:a) och Caroline Patic, Kungsängen (37:a).



## NFAA Professionals

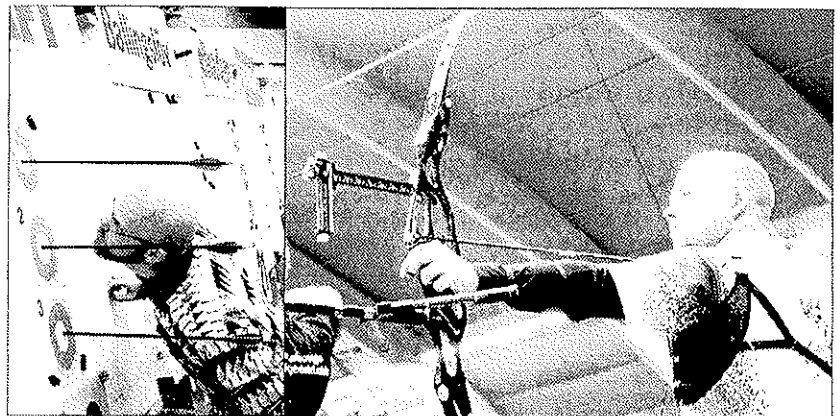
Text & bild: Mikael Svahn

**T**anken att starta en PGA-Tour för bågskytte så dagens ljus för första gången under tävlingarna i

Las Vegas

Det är således NFAA som skapat denna profsklass vilken också visade sig vara populär även bland toppskyttarna i USA.

Undrar om detta kunde vara något för den Europeiska arenan? Kanske något att fundera över för Malmö, Nimes och F2F (Face to Face i Amsterdam). För vidare läsning kan man studera NFAAs hemsida.



<http://www.nfaa-archery.org>

FITA-delen av regelboken  
är nu under översättning.  
Beräknas färdig under april månad.

# IL BågJaktskatalogen

## PRODUKTER AB

Intressant även för den vanlige Bågskytten

### DARTON

MAVERICK™ SD

**DARTON Rampage**  
Den sista i lager blir  
Årets Första  
SUPER SPOT!

NU 5200:-

(ord 9427:-)

IBO 310 fps

OBS!  
Blå stock  
och svarta lämningar

C/P/S, det  
smartaste camsystem  
på marknaden!

7950:-

IBO 318 fps

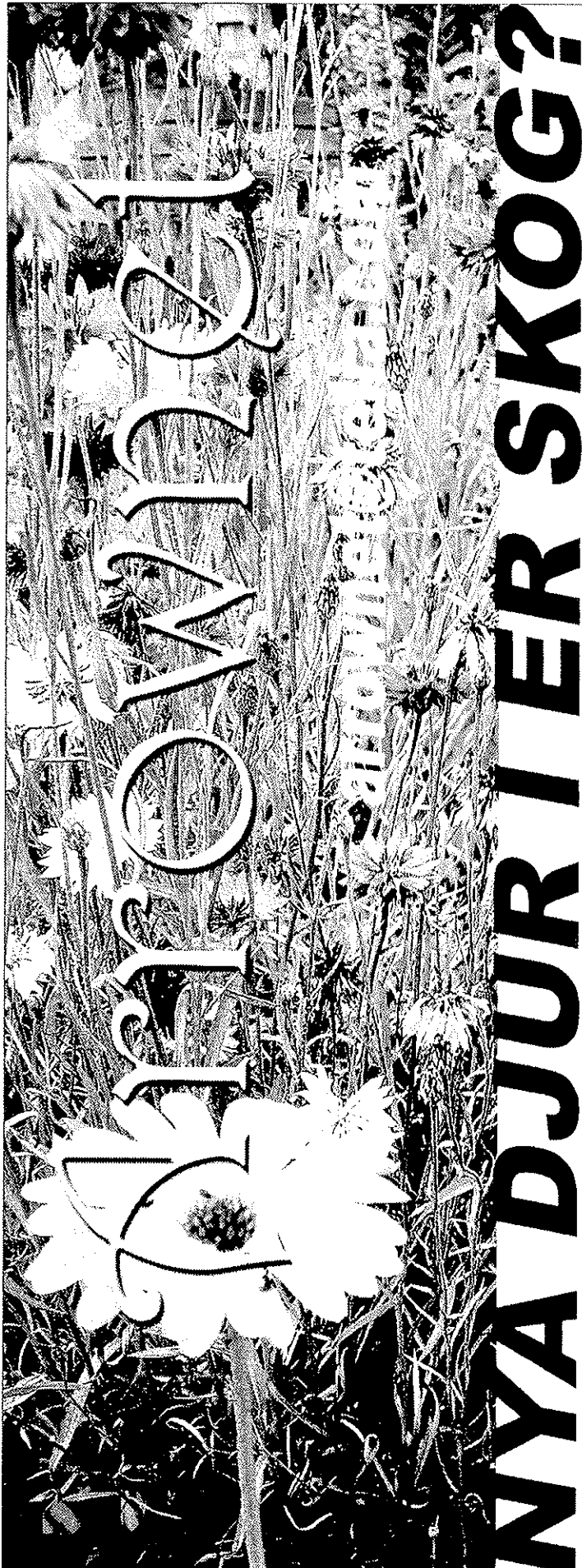
MAVERICK™  
EXTREME

Finns i Tävlings grön  
eller Realtree Hardwoods green  
En mjuk, snabb, tyst och snygg båge med C/P/S systemet

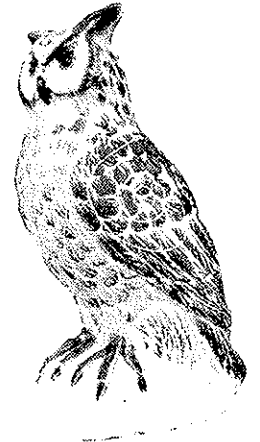
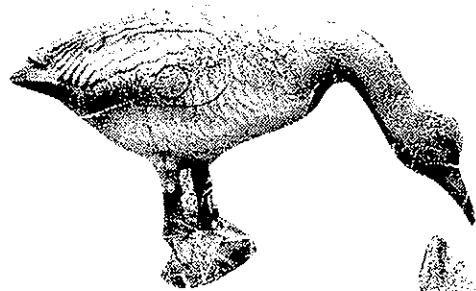


## PRODUKTER AB

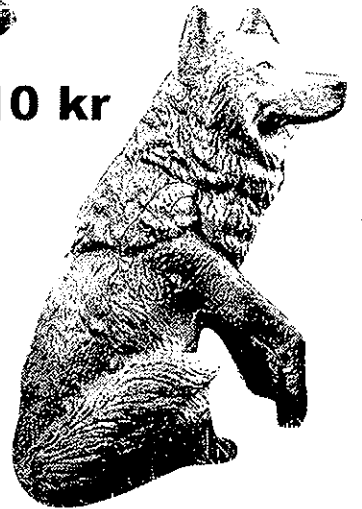
Svedbergsgatan 21 913 31 Holmsund 070-643 99 86 [www.ilprodukter.se](http://www.ilprodukter.se)



Falk: 600 kr

Uv, 75 cm hög  
1500 kr

Grågås: 910 kr

Sittande varg:  
1600 kr

"12 cederskaft, 36 enf. 4 alt 5" fjädrar,  
12 Tophat spetsar, 12 nockar, lim eller  
fjädringstape, paketpris 550 kronor".  
Maila oss om du vill ha 5/16 eller 11/32  
och 35-40 eller 40-45 lbs".

[arrownet@telia.com](mailto:arrownet@telia.com)

Se hela prislistan på [www.arrownet.nu](http://www.arrownet.nu)

# WEB DÄR?

Text: Claes.Colmeus@farm.lu.se

Vi fortsätter att presentera kul bågskytte sajter med Claes Colmeus som guide. Nåväl, vi emotser vi tips från alla ni läsare om sajter som på något sätt har väckt er uppmärksamhet. Medla adressen och berätta gärna vad du hittat till: [bagskytten@bagskytte.se](mailto:bagskytten@bagskytte.se)

Under nittiotalet växte Internet oerhört snabbt. Idag är det förstås helt oöverskådligt, men tack vare sökmotorerna och en hel del intuition kan man hitta relevant information. Låt oss först som sist slå fast att det är engelska som gäller på nätet. En sökning i Google på ordet bågskytte gav 11,400 träffar, och det tar förstås en stund att leta igenom alla dessa. Å andra sidan får man ungefär 1,4 miljoner svar på archery.

**B**ara en liten del av alla dessa länkar leder till en webbplats med bågskytteinnehåll av mer allmänt intresse, och som dessutom är vederhäftigt. Gemensamt för de flesta är en samling externa länkar, konstigt nog, för har man hittat en bra webbplats vill man väl inte hoppa därifrån genast. Å andra sidan, det är med länkarna man kan surfa vidare och upptäcka ständigt mer. Men var beredd på att hamna i en återvändsgränd. Externa länkar leder ofta ingenstans, för Internet är dynamiskt, domäner och webplatser kommer och försvinner, och det är lätt att glömma bort att kolla sina länkar regelbundet. Ibland kan man hamna på ställen som ser helt urmodiga ut, klubbsidor som någon medlem gjort och som ligger kvar på någon server långt efter det att webmakaren har slutat underhålla sitt alster. All information man hittar på Internet måste man alltså utvärdera med kritisk blick.

Nåväl, om man nu vill hålla på med lite seriöst surfande med bågskytteanknytning, var börjar man? En sökning i Google ger uppenbarligen massor av träffar, och att hitta rätt bland dem är inte så lätt. Det finns så många infallsvinklar. Är du intresserad av bågskyttehistoria? Skjutteknik och trimning? Avancerad teknik och matematiska modeller? Vill du handla grejor eller jämföra priser?

Låt oss fortsätta med den historiska aspekten, och gräva lite djupare, långt förbi nutida kolfiber och aluminium.

<http://www.atarn.org/>

Traditionellt asiatiskt bågskytte. Många länkar, artiklar, bildgallerier och en del videoklipp, väl organiserat efter ursprungskultur. En japansk handskrift från 1791 kan vara aningen svåräst, men annars är det mesta tillgängligt på engelska. En guldgruva för den intresserade. Och är du inte särskilt intresserad, kan du knappast undvika att bli det om du surfar in här. Här finns material från Korea, Japan, Kina, Mongoliet, Indien, Tibet, Mellanöstern och Ungern. Vän av ordning påpekar omedelbart att Ungern faktiskt ligger i Europa, och jag är beredd att hålla med om det. Dock, det ungerska bågskyttet är starkt influerat av stäppfolken från Asien. Också kroksablarna, den traditionella klädseln, matlagningen, ridtekniken, sadlarna, stigbyglarna och mycket annat skvallrar om Magyarernas härstamning från Asiens stäpper.

<http://coas.missouri.edu/anthromuseum/grayson/grayson.html>

En (tyvärr ganska begränsad) presentation av en av världens största samlingar av historiska bågar och tillbehör från olika kulturer.

<http://www.maryrose.org/>

Mary Rose är Englands Wasa, ett örlogsskepp som sjönk 1545 utanför Portsmouth, och som bärgats, konserverats och delvis rekonstruerats. Ta gärna en virtuell tur genom museet. Det finns inte så mycket om bågskytte där, men Mary Rose är annars den i särklass färnämsta källan till kunskaper om senmedeltida bågskytte i England.

Stora mängder långbågar, pilar, armskydd och andra tillbehör hittades i vraket, liksom många halvfabrikat

till långbågar, huvudsakligen av idegran. Inget var förstås i skick att skjuta med, men noggranna kopior har gjorts och provats, och visade sig ha en dragstyrka på omkring 70#.

#### <http://www.regia.org/SaxonArchery.htm>

Regia Anglorum är ett sällskap för levande historia som arbetar med tiden 950 - 1066. Många filmer har gjorts med sällskapets medlemmar som statister. Bågskytte är dock en ganska liten del av deras verksamhet. Ta bort SaxonArchery.htm från länken så kommer du i stället till deras startside. Fem segelbara vikingaskepp och en större borg under byggnad ingår i deras verksamhet, massor av vapen av olika slag, men också mycket av det dagliga livet i städer, byar och på landet.

#### <http://www.sca.org/>

**The Society for Creative Anachronism är ytterligare en organisation som sysslar med levande historia, i detta fallet perioden fram till 1600. Deras bågskyttesida innehåller en del artiklar som även dagens seriösa långbågsskyttar skulle kunna ha nytta av.**

<http://www.pbm.com/~lindahl/archery.html>

Även här gäller tipset att skala bort sista biten av länken och avnjuta historiska artiklar som inte har ett dugg med bågskytte att göra.

Därmed lämnar vi det historiska för denna gången, och övergår till de utlovade länkarna om avancerad teknik. Då bara måste man börja med Joe Tapley!! Troligen det bästa som har skrivits om bågskyttets teknik och fysik. Surfa in och läs hans många artiklar om hur bågar, pilar och bågskyttar bär sig åt och varför. Allt är väl underbyggt med teori och experiment. En del myter och illusioner säger han av jäms med markytan. Och tycker du att det finns för få partiella differentialekvationer här, så följ länken till Bob Koois skrifter. Hoppa över de matematiska utläggningarna, som är rätt avancerade, så är resten ganska lättläst. Och du blir garanterat förvånad över skillnaden mellan statisk och dynamisk dragkraftskurva. Ett annat tips är Steve Ellison och hans Tenzon. Han har lagt tyngdpunkten på psykologiska aspekter, men det finns också ett par artiklar om bågarm och dragarm som är läs- och tänkvärda. Hans skrifter om trimning och stabilisering finns i svensk översättning hos [www.skanebagskytte.org](http://www.skanebagskytte.org), liksom Murray Elliots bågskyttehandbok.

<http://homepage.ntlworld.com/joetapley/>  
<http://www.bio.vu.nl/thb/users/kooi/>  
<http://www.tenzon.u-net.com/index.htm>  
<http://www.skanebagskytte.org>

#### Några extra godisbitar:

Fortfarande finns en hel del läsvärt hos Sagittarius, så det finns ingen ursäkt för att inte göra ett besök där. Det enda som inte håller måttet längre är länksamlingen, som inte verkar vara reviderad på flera år. Även samlingen av forntidens FAQ ser ut att vara lätt bedagad, och i behov av en uppfräschning, även om mycket är tidlöst. Avdelningen med artiklar om diverse bågskytteämnen ger garanterat sysselsättning i flera dagar. Se upp med att artiklarna är uppdelade i flera avsnitt, och har en "Next"-knapp att fortsätta framåt med. Den andra länken här nedan leder till e-ligan, där du har en chans att mäta dig med Michele Frangilli. Hoppa dit och skicka in dina resultat två gånger i månaden. Glöm inte utomhusligan, som börjar redan i slutet av mars. För något år sedan var e-ligan nedläggningshotad, men räddades av Vittorio Frangilli (jodå, det är Micheles farsa). Men fortfarande är det lite för få deltagare som anmäler sig.

<http://www.student.utwente.nl/~sagi/>  
<http://www.archeryportal.net/e-sagi/>

Surfa på, och glöm inte att försöka kapa bort bit för bit på långa länkar, och kanske hitta läsvärt och intressant material om annat än bågskytte. Kanske kan det också bli något avsnitt till av det här, med fler av mina favoritlänkar.

#### I skrivande stund....

**J**ust nu befinner sig herr landslaget i Australien på träningsläger. Detta håller man på med mellan den 28:e februari och 14 mars. Damlandslaget däremot har inte ännu påbörjat sin resa. Mellan den 18-22 mars kommer man att ha träningsläger i Tyskland med besök på Beiter. Där skall man liksom förra året gå igenom sin utrustning. Beiter har stort personellt kunnande och en bra anläggning för video-upptagningar m.m.

Efter detta blir det till att åter ta fram passen och bege sig till USA och Arizona Cup den 31 mars till 3 april.

Det drar ihop sig till OS. SOK bestämmer sig den 24 maj.

SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET

## Stöd Landslaget Dekal

Sverige tillhör de mest framgångsrika bågskyttenationerna i världen.

Tillgängliga medel inom SBF är begränsade och räcker inte till för att skicka landslagsskyttar på internationella tävlingar i den utsträckning som vore önskvärd.

Därför har SBF tagit fram en "Sponsordekal" som säljs för 100:-.

Inkomna medel går oavkortat till landslagsverksamheten.

*Alla som köper dekalen publiceras med namnen på vår hemsida. Dessa kommer även att erhålla ett nummer. Vid årets slut kommer en utlottning att ske av bl.a.*

*1 Resecheck på 5000:-*

*1 Varucheck från "Bågar & Pilar"*

*5 SBF-paket (Keps, tröja, pins)*

*5 Prenumerationer på Tidskriften Bågskytten (Helår)  
samt flera extrapriser.*

Stöd landslagsverksamheten genom att sätta in 100:- på vårt Postgiro 19 44 53 – 7 så skickar vi en dekal och lägger in Er namn med "lottnummer" på vår hemsida.

Gullimar Åkerlund

### Årsmöte i Finspångs BSK

Finspångs Bågskytteklubb har haft sitt 44:e årsmöte i den nyrenoverade lokalen inom Grosvad. 4 nyamedlemar och en markant ökning av antalet tävlingsstarter kan man läsa i föreningens årsberättelse.

**T**ill orrdförande omvaldes Olle Ericson. Det delades ut en del priser och märken som erövrats under året. Bl.a. fick Sten-Åke Nilsson en inteckning i "Thomas Cup". Ett vandringspris som började 1977 och håller på ännu. Flera av ungdomarna erhöill märken som de erövrat under året.

Bo Andersson

### NY ADRESS!

Vi har ny adress from. 1/3 2004:  
Rembo IK Bågskytte c/o Sofie Morelius  
Östanbyn 56, 774 92 Avesta

### TILL SALU!

Mathews Q2, 28", 60#, camo i fint skick.  
Uppskattat nypris: 7.995:-.  
**Säljes separat för: 5.000:-.**  
Toxonics Naildriver Uppskattat nypris: 2.995:-.  
**Säljes sep för: 1.500:-.**  
Superscoope Uppskattat nypris: 1.300:-.  
**Säljes sep för: 600:-.**  
Okie hydraulisk tavelstabwe Uppskattat nypris:  
1.000:-.  
**Säljes sep för: 500:-.**  
**Summa: 13.290:-**  
**Paketpris: 7000-7600 eller högstbjudande**



## Förfarande vid sökning av licenser

**K**lubbarna skall ansöka om licens för sina skyttar hos SBF med hjälp av en blankett på hemsidan, som skall skrivas ut och skickas med vanliga posten till Svenska Bågskytteförbundets kansli i Fagervik, Fagerviksvägen 22, 860 30 SÖRBERGE.

Licensavgiften för de licenssökande skickas in i samband med att ansökningen görs på postgiro konto: 19 44 53 - 7.

Namnen och klubbtilhörighet på de som innehar en A eller B licens kommer att publiceras på SBF:s hemsida. Detta beror på att det alltid skall finnas en aktuell lista, på SBF:s hemsida, som visar vilka som har godkänd A resp. B licens för tillfället. Denna lista kommer att vara lösenordsskyddad, så att endast bågskytteklubbar tillhörande SBF får tillgång till lösenordet. Det är nämligen meningen att en arrangör av en bågskyttetävling skall kunna kontrollera och få vetskap om alla anmälda skyttar till tävlingen har godkänd A resp. B-licens.

C och D licenserna skall skötas på samma sätt som tidigare. Detta innebär att klubbarna beställer licenskort för C och D licenser hos SBF och tilldelar skyttarna detta licenskort, utifrån att skytten uppfyller kraven för C resp. D licens. Skytten skall alltid medföra detta licenskort för att kunna uppvisa för en arrangör vid en bågskyttetävling där han/hon ämnar delta.

### Avgifterna för licensen är för år 2004 följande:

A-licens = 250 kronor, B-licens = 150 kronor,  
C-licens/D-licens = Ingen kostnad.

I licensen ingår en olycksfallsförsäkring som ni kan läsa mer om på förbundets hemsida.

**Användarnamn**  
bågskytte  
**Lösenord**  
sbf

## Citat ur körkortsbok från år 1920:

” De som vållar bilisten de största bekymren, äro dock lekande barn och nervösa fruntimmer.

De förra äro under lek både blinda och döva. Att signalera åt dem hjälper i regel ej, och ofta komma de framrusande så nära vagnen att signalen icke blir av betydelse. Där man väntar sig lekande barn såsom vid skolor, lekplaner etc, bör man endast köra fram med yttersta varsamhet, ty man kan sällan hjälpa sig med annan manöver än att stoppa vagnen.

Damer äro ofta lika svåra som barnen, ty vid en hornsignal tappar de ej helt sällan koncepterna. Att de efter att ha passerat trefjärdedelar av gatan utan vidare vända för att nå den gångbana de nyss lämnat är intet sällsynt.

Ja två, tre gånger kunna de springa fram och tillbaka framför bilen. Stanna och låt dem komma upp på gångbanan! Handla i övrigt som vid möte med spårvagnar.”

## Södra Norrlands Bågskytteförbund

Kallar till

**Årsmöte söndagen 21 mars**

Kl 13 00 i HSB lokalen Fiskebyvägen 4 D  
Hudiksvall

Separat kallelse till berörda klubbar.

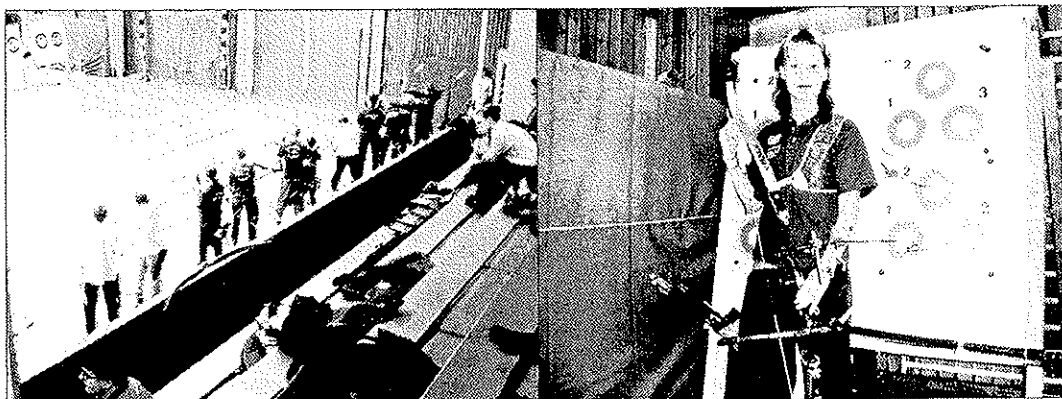
Välkomna

**[www.pilbagsbyggarkurs.com](http://www.pilbagsbyggarkurs.com)**  
**[www.primitiv.nu](http://www.primitiv.nu)**

Alexander Ravenna 0417-25222

# DETTA ÄR JU JÄTTEROLIGT!

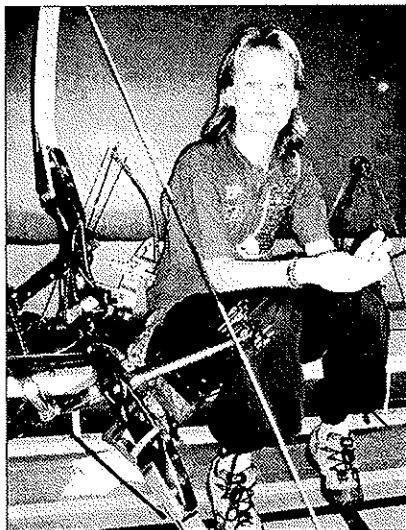
Text &amp; bild: Owe Jakobsson



**J**ag hör Jenny Sjöwall säga dessa ord på väg tillbaka till skjutlinjen efter att ha markerat sin första trepilsserie vid årets Vinterserie i Kil.

Under dagen har jag noterat de två systerarna Sjöwall, hur spralliga och glada som helst...vilken skjutglädje!

Jenny är tillbaka igen efter ett uppehåll på tre år. Jenny visar med en gång vart pilarna skall sitta. Två underbart kluriga ungar, Emmy 4 år och Erik 2 år, sitter bakom mig tillsammans med pappa Stefan.



De hojtar "mamma vart är du, här är vi!". Detta har förstås tagit upp all tid för Jenny men strax efter jul förra året tillät dessa godingar sin mamma att börja träna.

Trän-ingen och boendet är ute på Hammarö i Karlstad men Sjöwallsdamerna skjutet för Älvenäs. Jag har noterat Jenny under någon Värmlandsserie i januari och resultaten har varit mycket positiva, liksom denna dag. Jenny var bättre än alla andra oavsett klass i varje serie. Det sitter i ryggraden, så någon lika förvånad som jag. Familjen tar mycket tid och med ett 80%:gt ekonomijobb på SBAB är det svårt att både träna och tävla. Att resa runt i landet med två små charmtroll som undrar vart mamma är när hon står i full drag är inte heller lätt. Här får pappa Stefan dra ett tungt lass. Håll ut Stefan, tiden går väldigt fort, snart ringer barnen hem för att meddela att allt är bra. Jag går själv igenom detta sedan ett par år tillbaka.

Hur ser den närmaste framtiden ut? Jo. Vid DM i Karlskoga ska jag/vi bevittna melodifestivalen, säger Jenny, jag och syrran är anmälda till SM i Göteborg och efter det får det bli som det blir.

Undertecknad tror att det blir jätteroligt under en lång tid framöver och du Jenny...det där med skak i benen det vet jag det vet jag precis vad du menar med. Lycka till!

## Vinterserien

71 deltagare på 19 buttar, det betyder fullt hus i Centralskolans A-hall. Vi har visserligen tillgång till en lite mindre B-hall men att tävla i att tävla i två hallar är inte så lyckat.

## Nu till resultaten

Per Karlsson, Karlstad BK satte nytt distriktsrekord i långbåge på 458p. Tvåan Håkan Sandberg, Hammarö BSK sköt 452p, bägge resultaten duger bra inför SM i mars.

Ulrika Sjöwall, Älvenäs BK vann HC19 på 570p före Daniel Larsson, BK Fjädern på 568p.

I DF19 vann Jenny Sjöwall på 574, 285+289, tvåa blev Petra Larsson, BK Fjädern på 538p, 266+272.

I HF19 vann "hemmapojken" Dan Södersten på 553p före Stefan Andersson, Hammarö BSK på 546p.

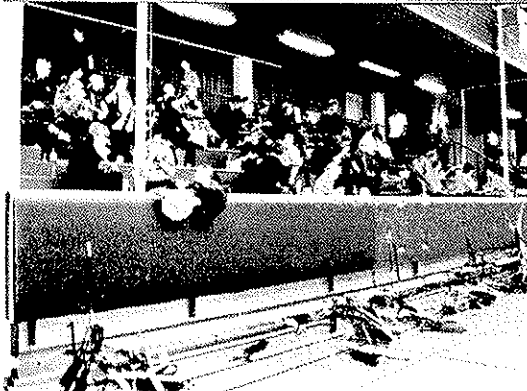
HC13 vanns av Henrik Eriksson, Karlstad BK på 566p, tvåa blev Malin Johansson, BS Kil på 559p.

I HF13 blev Jimmy Sandberg, BK Fjädern på 565p. I DF13 blev Emmelie Willhelmsson, BK Fjädern etta på 481p.

HK13 vanns av Nicolas Johansson, Karlstad BK på 362p.

David Fredriksson, Järnvägens IF vann HF10 på 467p och Oskar Andersson, Älvenäs BK vann HK10 på 406p. I HC10 vann Hampus Lundahl, Kristinehamns BK på 454p.

Kristinehamn har nu fått en nystart.



Under några år har det varit lite stillsamt på bågskyttefronten men nu till den stundande 50-årsdagen den 11 maj har klubben fått något fem nya skyttar. På bilden från vänster överst Filip, Fredrik, Magnus och Rickard.

Välkommen tillbaka nästa år!

## Tibro Bågskyttesällskap

Inbjuder till

### Rankåsjakten

Söndagen den 2 Maj 2004. Nationell tävling 1 x 30 Jakt

- Plats:** Klubbstugan i Rankås, vägvisning från väg 201.
- Start:** Klockan 09.00, uppvärmning 08.00-08.45.
- Klasser:** Samtliga enligt SBF, minst 4 deltagare i varje klass annars förflyttning till närmsta klass.
- Avgifter:** Senior och äldre: 100:-. Junior och motion: 80:-
- Anmälan:** Senast måndag den 26 April. Anmälan kan göras till följande :  
E-post: [tibro\\_bagskytte@hotmail.com](mailto:tibro_bagskytte@hotmail.com)  
Tibro Bågskyttesällskap  
c/o Anders Lindblom, Kornettgatan 12, 543 36 Tibro  
Tele: 0504-14577 Peter Enbom, 0504-61583 Gösta Wahll. Fax: 0504-61908
- Servering:** Kaffe, dricka, smörgåsar och korv m.m.
- Hemsida:** [http://home.swipnet.se/tibro\\_bagskytte](http://home.swipnet.se/tibro_bagskytte)  
(inbjudan, karta och resultat m.m).

VÄLKOMNA!

**Eskilstuna Bågskyttesällskap**

Inbjuder till

**Eskilstuna 3D**

**Tid:** Lördagen den 17 april 2003  
Tävlingsstart kl 10.00

**Pla** Eskilstuna Skyttecentrum, Hugelsta

**Rond:** 2 x 15 mål 3D-figurer

**Klasser:** Samtliga godkända enl. SBF

**Avgift:** 19-klass och äldre 120:-, övriga 80:-.  
Tillägg 30:- för Tourdeltagande

**Anm:** Senast måndagen 14 april till  
Sven Carlsson, tel 016-42 63 73

**Servering:** Kaffe, läsk, korv, smörgåsar, godis  
m.m. till som vanligt humana priser.

**Meddela ankomst minst 30 min före start**

**VÄLKOMNA****SÖDERTÄLJE BÅGSKYTTEFÖRENING**

Inbjuder till

**KRINGELPILEN**

Söndagen den 28 mars

**Plats:** Klubbens inomhushall vid Lina Åtorp

**Värming:** 30min. före tävlingsstart

**Start:** Omg. 1 kl. 9.00 Omg. 2 kl. 13.00

**Rond:** SBF:s 12m. 2 x 30 pilar

**Klasser:** 10 och 13 klass

**Anm. avg:** 70 kr

**Anmälan:** Senast tisdagen den 23 mars till:  
Klubbens hemsida:

[www.sodertalje-bf.nu/tävlingar](http://www.sodertalje-bf.nu/tävlingar)  
[bagskytte@sodertalje-bf.nu](mailto:bagskytte@sodertalje-bf.nu)  
[yingve.malmsstrom2@comhem.se](mailto:yingve.malmsstrom2@comhem.se)

**Epost:**

**Max deltagare:** 40 skyttar/ skjutomg. Ange önskemål  
om skjutomg. vid anmälan och om  
trespot önskas. Vi meddelar klubbvis  
tilldelad skjutomg. fredag den 26 mars  
till klubbens kontaktperson.

**Servering:** Korv, smörgåsar, läsk, godis.  
**OBS!!!** Inneskor är obligatoriskt

**VÄLKOMNA TILL KRINGELSTADEN****KIRUNA BÅGSKYTTEKLUBB**

inbjuder till

**LILLA GULDSKRÄCKEN 2004**

lördagen den 3 april kl. 12.00

Tävlingsplats: Kiruna Sporthall,  
friidrottshallen.

**Tävlingsform:**

SBF 12 m

**Klasser:**

Yngre juniorer och knattar.

**Startavgift:**

50:-

**GULDSKRÄCKEN 2004**

lördagen den 3 april kl. 12.00

Tävlingsplats: Kiruna Sporthall,  
b-hallen.

**Tävlingsform:**

FITA 25 m

**Klasser:**

Enligt SBF:s bestämmelser.

**Startavgift:**

Juniorer 50:-, övriga 100:-

**Anmälan senast den 1/4 till:**

Lars-Erik Johansson 0980-210 85

Jan-Åke Fors 070-3627273

E-Mail: [janakefors@bredband.net](mailto:janakefors@bredband.net)

Hjärtligt välkomna

Kiruna Bågskytteklubb

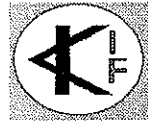
BK Björnen inbjuder till  
**Långfredagsjakten 3D**

Fredagen den 9 april

- Tid:** 10.00 uppvärmning 08.45- 09.30
- Plats:** Brukshundklubben Sörsjö, skyltat från Rv 27avfart Värnamo väster.
- Rond:** 2 x 15 McKenzie
- Avgift:** Seniorer 130 Juniorer + gästklass 75, Touravgift tillkommer.
- Anm:** Senast 31 mars till:  
Hans Blom Kolonigatan 23  
0370 12022 eller  
e-post [franz.herdy@telia.com](mailto:franz.herdy@telia.com)

servering finns.

Välkomna BK Björnen



IF KARLSVIK

inbjuder till

**GÄRDE-PILEN**

Lördagen den 24 april

**SUNDSVALLS 25:AN**

Söndagen den 25 april

- Plats:** Gärdehallen. **OBS! Nytt datum!**
- Tid:** Kl 09.30 båda dagarna med uppvärmning, därefter direkt start
- Rond:** Lördag FITA 18m, SBF 12m  
Söndag FITA 25m, SBF 12m
- Klasser:** Samtliga enligt SBF
- Avgift:** Per tävling: Seniorer 120:-, juniorer 70:-, lag 100:-
- Anm:** Senast söndag den 18 april till  
[fam.stromstedt@telia.com](mailto:fam.stromstedt@telia.com) eller  
tel 060-568866

Hamburgare, godis, kaffe mm finns att köpa

**VÄLKOMNA!**

**BSK Sturarna**

Inbjuder till

**UII's 3D**

Söndag 25/4

- Start:** Kl. 10.00, 2x15 mål 3D. Klasser enligt SBF:s bestämmelser
- Startavgifter:** Sen 120kr, jun 60kr
- Tillägg:** 30kr för tour-deltagare
- Plats:** Klubbens bana i Hågadalen, Uppsala.
- Färdbeskrivning:** Skyltning från E4:an, se även karta på våran hemsida:  
<http://www.sturarna.tk>

**Anmälan görs till:** Sara Sundstedt på e-post: [sara.sundstedt@folkuniversitetet.se](mailto:sara.sundstedt@folkuniversitetet.se)  
Tele: 040-23 56 35 eller 0739-45 73 62,  
Sista anmälningsdag 20/4.

Servering finns.

Välkomna

**HUSKVARNA BÅGSKYTTEKLUBB**

inbjuder till

**ÄLGJAKTEN**

Söndagen den 25 april 2004

Nationell tävling 1x30 Jakt

- Plats:** Klubbstugan Öxnehaga. Vägvisning från E4:ans södra avfart till Huskvarna.
- Start:** Klockan 10.00
- Klasser:** Samtliga enl. SBF
- Lagtävling:** Klassvis onominerat.
- Avgifter:** Seniorer och äldre 120:- kr, Juniorer: 80:- kr. Knattar-Mo 60:- kr.  
Lag: 120:- kr. Östersjöcupen 5:- kr. (Skyttar från Sydöstra Götalands BF)
- Anmälan:** Senast måndagen den 19 april till Rolf Janeke  
e-mail [rolf.janeke@mail.bip.net](mailto:rolf.janeke@mail.bip.net) Adress, Stekelvägen 25, 561 48  
HUSKVARNA. Tel. 036-141172. Ange gärna kontaktman i anmälan.
- Servering:** Kaffe, smörgåsar, korv m.m.
- Hemsida:** <http://svenskidrott.se/Organisation.asp?id=34121>  
(inbjudan, karta och resultatlista)

**VÄLKOMNA TILL TRÄFFPUNKTEN****BÅGSKYTTEGYMNASIET**

inbjuder till

**GYMNASIEPILEN 2004**

Söndagen 9 maj 2004

Deltävling i Elitserien

i samarbete med Bågar &amp; Pilar

- Plats:** Dannfältet bredvid bågskyttegymnasiets inomhusbana i Olofström.
- Starttid:** Uppvärmning 10.00 2x4 minuter. Start därefter.
- Rond:** Recurve och Compound, 70 m, 2x36 pil + finaler enligt Elitseriens matchschema  
Klassiskt som inte deltar i Elitserien 2x36 pilar på 50 m  
60-klass 2x36 pil på 50 m, 13-klass 2x36 pil på 40 m
- Avgifter:** Seniorer 120 :-  
Juniorer 80 :-
- Anmälan:** Senast 25 april på e-postadress: [lillasyster@svrige.nu](mailto:lillasyster@svrige.nu) Telefon dagtid: Philip: 0703-422765  
Andreas: 0704-547688. Bågskyttehallen: 0454-93419. Kvällstid: Anna: 0454-99266
- Övrigt:** 6-pilsserier även för juniorer.  
Servering med korv, mackor, etc. finns.
- Boende:** Holje Bungalow: 0733-840823. First Hotel Olofström: 0454-301230  
Halens Camping: 0454-40230

**VÄLKOMNA!**

# NU ÄR DEN HÄR

## MASSOR MED NYHETER

RING ELLER MEJLA SÅ FÅR DU DITT EX

# LABO IMPORT AB

SWEDEN

Bågskytte katalog och handbok

2004 - 2005

Besök vår webbutik - [www.labo.se](http://www.labo.se)

# LABO IMPORT AB

SWEDEN



Box 8085  
650 08 Karlstad

054-53 31 10  
Butik på nätet [www.labo.se](http://www.labo.se)

Tel: 054-53 31 10  
Fax: 054-53 36 20



BENGTSSONs

# Mitt i prick

Mossv. 5, 291 59 Kristianstad Tel/fax **044 - 10 90 40**  
e-mail: [jankurt@telia.com](mailto:jankurt@telia.com) Mobil **0708 - 59 24 90**

## Win&Wins Nya Startpaket!

Med ny stock "Evolution"  
och ny typ av lemmar - ställbara, svarta.  
Finns i längd: 64", 66" och 68".  
Läckra färger på stocken: Vit, silver, guld, röd och svart.

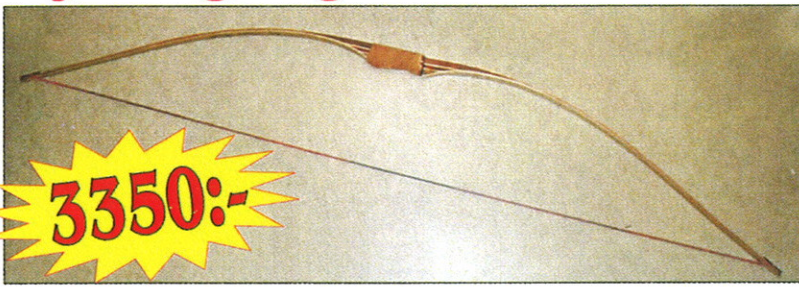
Naturligtvis kan ni köpa bara  
stock, lemmar och sträng  
Pris: **1690:-**

**2400:-**



**Innehåller:**  
Stock,  
lemmar,  
sikte,  
pilhylla,  
fingertab,  
koger,  
bröstskydd,  
armskydd,  
väska.

## Ny långbåge



**3350:-**

Tamars Super Racli Långbåge 66", 68" - 35, 40, 45, 50 #

En praktisk **stativ** till compound bågar  
som sparar hjul och sträng.



**325:-**



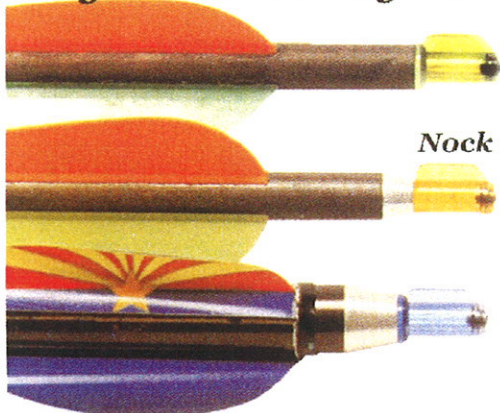
**925:-**

### Väska

för din Recurve båge  
Framtaget i ett mycket slitstarkt material.  
Bra plats för stock och lemmar  
samt stor plats för pilar.  
Små fickor för tab och annat.  
Väskan har bärhandtag och stroppar  
så du kan bära den på ryggen samt separata  
påsar till stock och lemmar.

# MAGNOCK® Pro 1

## Magnetic Nock System



Nock

Pro1  
Receiver

2  
Part  
System!

## Här erbjuder vi

ett 100% nocksystem "Magnock".  
Systemet består av en **Receiver** som  
surras fast på strängen, alltså inga  
nocklägen som slits.  
Receivern och nocken har en magnet  
så släppet blir lika varje gång.

Pris per set (1 st receiver + 12 nockar)

Pris:

12 nockar **115:-**

Receiver **145:-**

**235:-**