

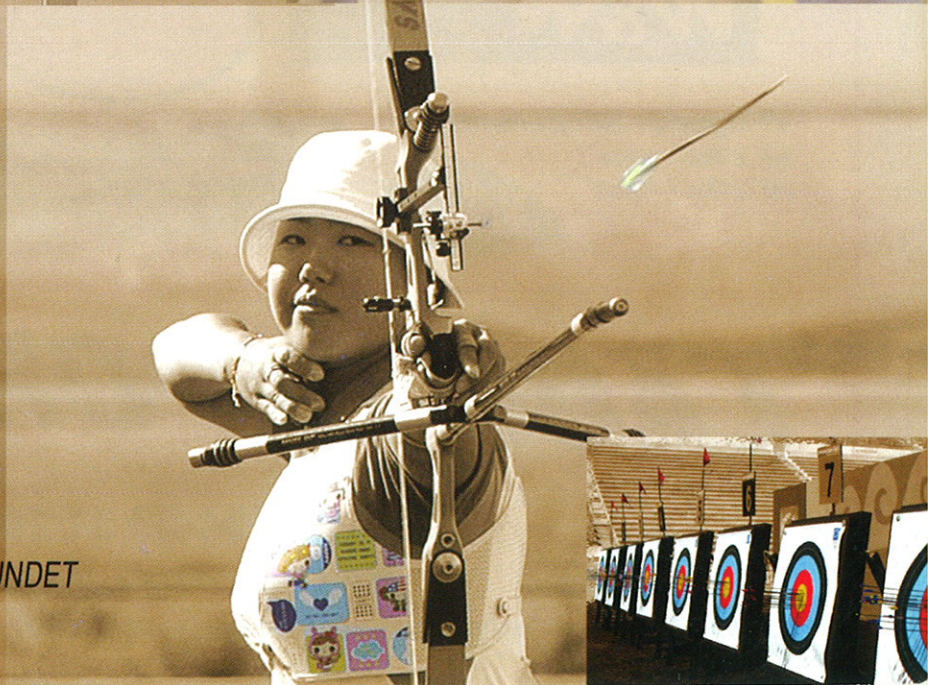
Tidskriften



BAGSKYTTEN

Ärgång: 57 Nr 8-9 2004

BAGSKYTTEN
OLYMPISKA
LEMPISKA



SVENSKA



officiellt organ för
BAGSKYTTEFÖRBUNDET

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



LABO IMPORT AB
SWEDEN



Box 8085
650 08 Karlstad

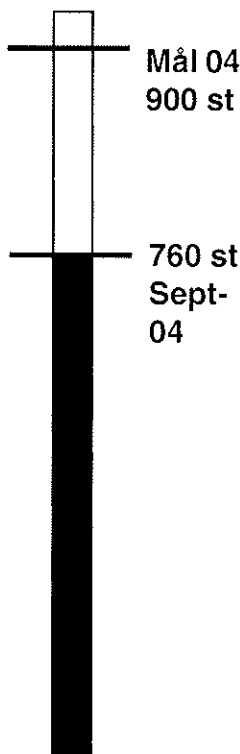
054-53 31 10
Butik på nätet www.labo.se

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

INNEHÅLL



Antalet prenumeranter ökar!



Redaktionellt

- 4. Svenskt Bågskytte snabbt och lätt
- 6. **SBF - Shopen!!!!**
- 8. Månadens reportage: Olympiaden i Aten

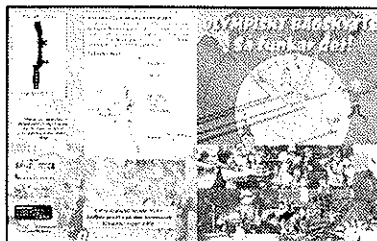
Reportage

Olympiskt Bågskytte - Så funkar det!

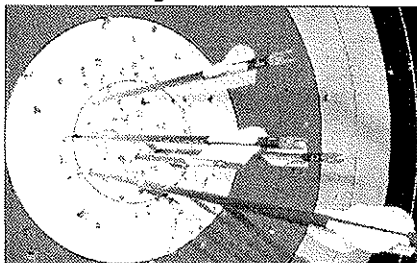
- 14. Att skjuta med sikte, Mats Palmér.
- 19. Fristil med Jenny Sjöwall-Karlsson.
- 24. Siktet i sikte, historisk bakgrund
- 25. Rädslan att sikta.
- 27. Att dra förbi klickern.
- 28. Målade tapeter av tyg.
- 32. Så här skjuter jag! Magnus Pettersson.

Övrigt

- 7. Olympisk introduktion.
- 16. Fält-VM-JVM i Kroatien.
- 20. Yngre Junior Trofén.
- 21. 3D-SM i Gävle.
- 29. Ordet Fritt: Fält-VM.
- 30. Fält-SM i Eskilstuna.
- 34. FITA-flaggan nu i Göteborg.
- 38. Att bedömma avstånd. OS från läktarplats.
- 41. Landsdelsmästerskapen.
- 42. Tavel-SM i Borås
- 43. Tävlingsannonser



Sidan 6



Mail: bagskytten@bagskytte.se
 Redaktionstelefon: 0143-125 05
 mobil: 0709-61 64 22

Reklam	
Annonsör	Sida
LABO	2,,26
SBF	36,37,47
Göteborg&Co	6,43,44
Arrownet	12
Bågar & Pilar	15
Preem	22,23
iL-Produkter	39
Baldurs	40
Mitt i Prick	42
	48

TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE

Företagshuset
 Molalagatan 18
 592 32 Vadstena
 Tel: 0143 - 125 05
 Mobil: 0709 - 61 64 22
 Fax: 0143 - 315 64
 E-mail: bagskytten@bagskytte.se
 PG: 37 90 05 - 2

Redaktör
 Mikael Svahn

Ansvarig utgivare
 Förbundsstyrelsen

SVENSKA BÅGSKYTTEFÖRBUNDET
 KANSLI
 Fågerviksvägen 22
 860 30 Sörberge

Tel: 060-570 130
 Fax: 060-578 821
 E-mail: arscherytt@algomsl.se
kansliet@bagskytte.se
 org-nr: 802000-5065

Förbundsordförande
 Lars Liljenstolpe
 Tel: 0152-51139
 E-mail: lars.liljenstolpe@bagskytte.se

Sportchef
 Leif Janson
 Tel: 08-581 72 792

Försäljning
 TIDSKRIFTEN BÅGSKYTTE
 Tel: 0143 - 125 05
 Fax: 0143 - 315 64
 E-mail: bagskytten@bagskytte.se
 PG: 37 90 05 - 2

DISTRIKT

MELLERSTA NORRLANDS BF
 Tel: Lennart Fällgren, 0703-765 175

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

NORRBOTTENS BF
 Tel: Kjell Hamnesk, 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: Bozse Karlsson, 0589-198 16

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

VÄSTERGÖTLANDS BF
 Tel: Torbjörn Nordin, 0514 - 512 2

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

ÖSTERGÖTLANDS BF
 Tel: Kjell-Åke Carlsson, 0122-140

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

Antal nr 2004:10 st.

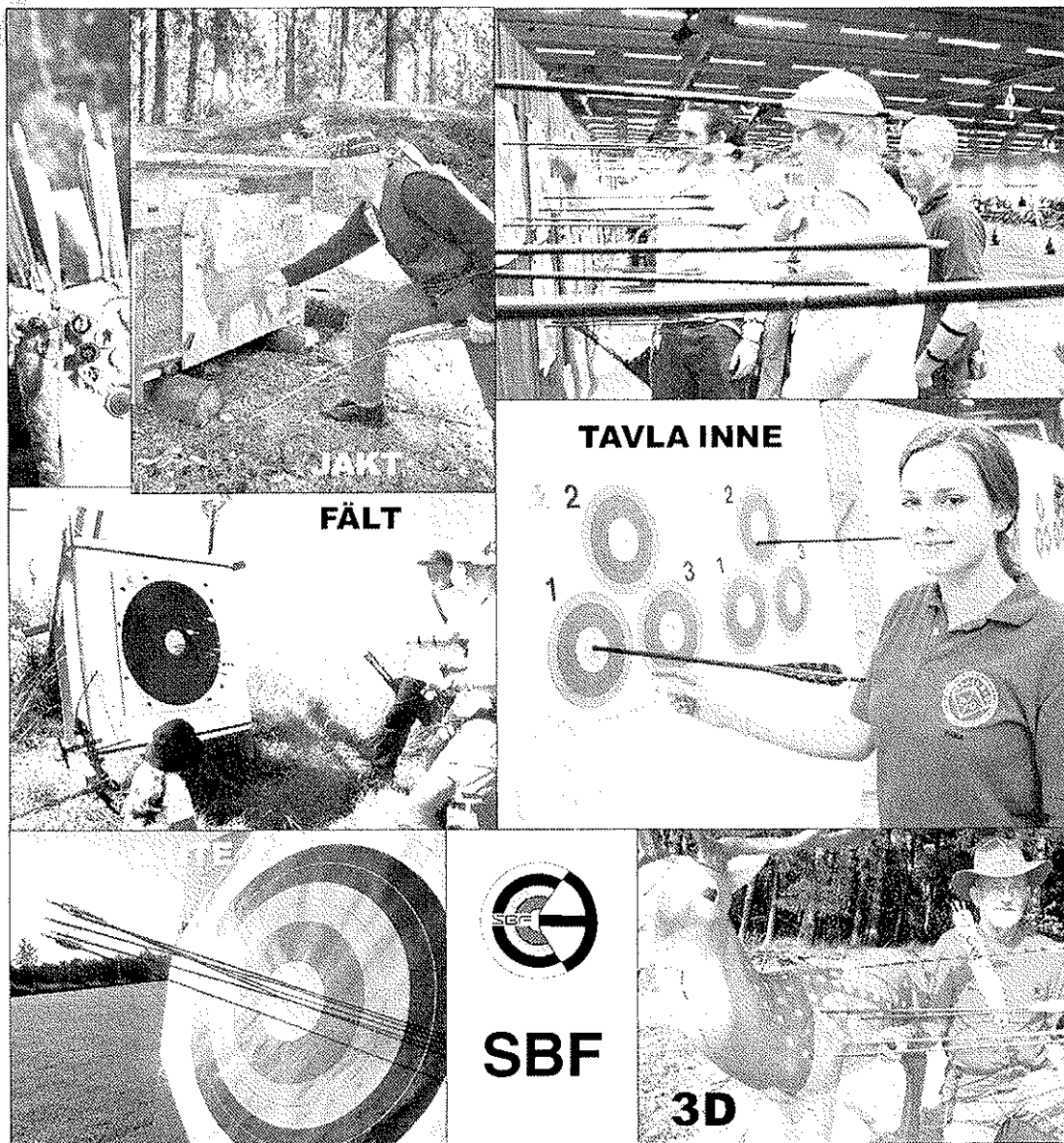
PRISLISTA

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

Tidningen tryckt av Timrå Tryckshop i Timrå med Digital färglaser. Nallarna på omslaget är gjorda av: Åse Högström

MANUSSTOPP: 25:e i varje månad
UTGIVNING: 15-20 i varje månad

060-570 130



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
Domarrådgör
Ungdomsverksamhet
Ungdomsledamot
IT-Frågor
Förbundskapten, Olympiskt
Skjutstilsansvarig, Compound
Skjutstilsansvarig, Klassiskt
Skjutstilsansvarig, Handkapp
Förbundskapten, Ungdom
Jämställdhet (adjungerad)

Namn

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

Telefon

0152-51139
060-172428
08-58172792
0491-13024
0243-82107
054-874487
016-352330
060-616104
0582-16765
0514-5156972
060-610668
021-80 38 50
0171-58346
0171-59467
0911-33277
060-570130
0302-34504

Fax

0152-510 20
060-152120
08-58172792
0491-786511
054-870200
016-516420
060-158180
0582-12210
060-155910
021-80 38 50
060-578821

E-post

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

Den högre tränarutbildningen

HTU

Det börjar dra ihop sig inför den första Högre TränarUtbildningen, HTU, del 1 den första delen av två. Kursen hålls den 12 – 14 november 2004, med start fredagen den 12 november kl. 12 00 med lunch, avslutning den 14 november kl. 16 00. Den andra delen arrangeras preliminärt 18 – 20 mars 2005.

Kursen kommer att hållas i Eskilstuna och Munktellarenan där. Anmälan ska göras till SBF, Leif Janson. Kostnader för deltagande del ett i november är:

Kursavgift inklusive kursmaterial: 500:-

Hotell med frukost och middag: 1500:-

OBS anmälan senast den 11 oktober!

Vid det första kurstillfället kommer vi att arbeta med tränarrollen, bågskyttens psykologi och skjutteknik. Deltagarna kommer att få ett omfattande kursmaterial sig tillsänt i god tid före kursstart.

ANMÄLAN

leif.janson@bagskytte.se

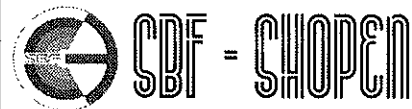
08-581 72 792

**Av omständigheter utanför tidningens kontroll,
kommer reportage från
JSM i Stocka samt Tavel-VM för juniorer i England
att komma i nummer 10**

Licenser!

Listan över alla som innehar licens finns på förbundets hemsida bagskytte.se

Användarnamn: bagskytte. Lösenord: sbf



All försäljning av förbundsmaterial skall ske enligt följande:

Adress: Tidskriften Bågskytten

Telefon: 0143-125 05

Mail: bagskytten@bagskytte.se

Info: www.bagskytte.se

**Vid beställningar ombedes minst
14 dagars framförhållning.**

UTGIVNING 2004

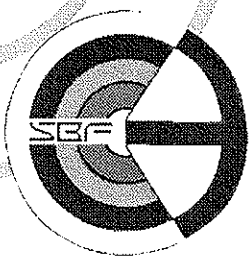
10 nummer mellan 15-20 i varje månad.

Dubbelnummer den 15:e februari

Dubbelnummer den 15:e september.

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	Attiondel 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.	

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.



SBF = SHOPPEN

Ta vara på OS!
-Så funkar det!
beställes nu!

Tel: 0143-125 05, bagskytten@bagskytte.se

Ytterst nära att vi blev utan OS-skyttar till Aten!

OLYMPISKT BÅGSKYTTE - Så funkar det!

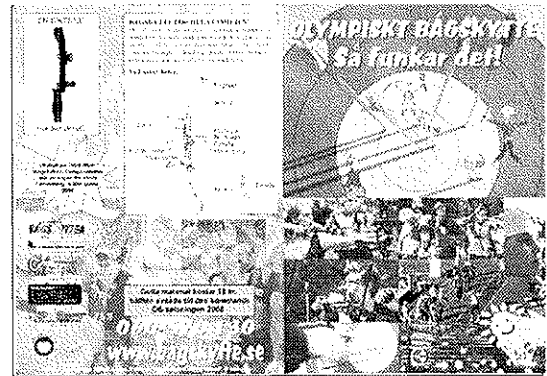
Nytt nybörjarmaterial från förbundet!

Ta vara på uppmärksamheten från de Olympiska spelen, starta kurser i Olympiskt bågskytte.

Gör så här:

1. Ansök om Handslagspengar (ej nödvändigt).
2. Beställ materialet.
3. Registrera kursen hos SISU.
4. Skicka kopia på deltagarlistan till Bågskytten där ni markerat alla som vill prenumerera på tidskriften Bågskytten.

Under 2004 gäller 75 kronor i rabatt!

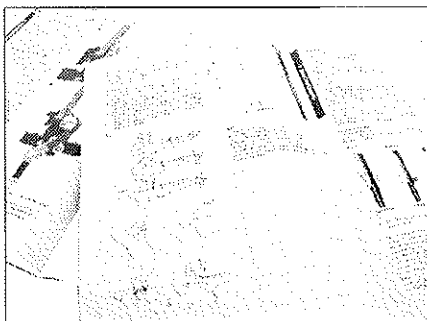


Så här ser fram & baksidan ut!
Vikt A4:a i fyrfärg på 170 g högblankt papper.
Enkla instruktioner i text och bild på insidorna!

Materielet kostar 15 kronor, hälften av överskottet går till OS-satsningen 2008. Alla rabatter gäller endast under 2004 och bara de som gått kurs i Olympiskt bågskytte. Ni bestämmer antalet träffar och hur ni vill använda materialet. Grundtanken är att alla skall kunna göra ett "bra" skott bara genom att titta på bilderna. Bilder och text är ett stöd och ett diskussionsunderlag för skyttar och ledare.

Beställ på försäljningskansliet:

bagskytten@bagskytte.se,
0143-125 05 eller 0709-61 64 22



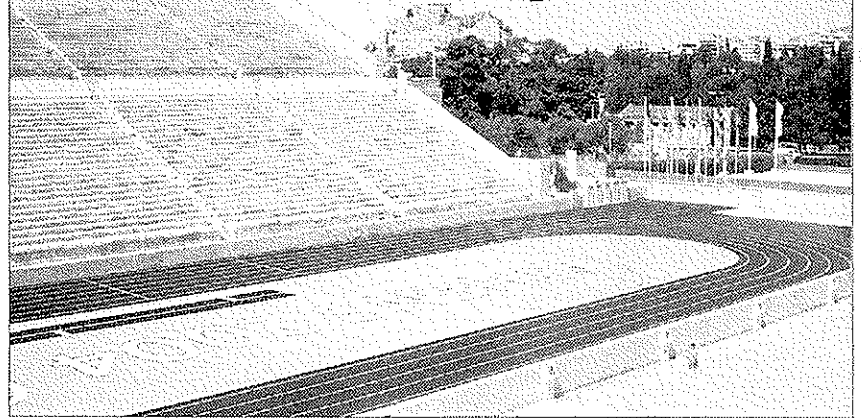
TRANARSTUDIER
STEG 1 & STEG 2

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

Minst 14 dagars framförhållning vid beställning!

Olympisk introduktion från läktarplats



Panathinaikosstadion med Akropolis i bakgrunden

Text & Bild: Lars Liljenstolpe, SBF-ordf.

Som inbjuden till Svenska Olympiska Kommitténs Gästprogram hade jag den stora förmånen att följa vår sport under OS i Aten – en fantastisk upplevelse.

Lskrivande stund sitter jag på den västra läktaren till denna fantastiskt vackra Panathinaikos-stadion för att följa vårt lags kamp mot USA. Klockan är straxt efter åtta lördagen den 21 augusti och solen värmer redan denna enorma marmorstadion – temperaturen närmar sig de 30 – matchen börjar om trettio minuter och en viss spänning infinner sig. Runt om kring den svenska flaggan som Lennart Andersson (Jonas far) lagt ut på läktaren samlas delar av den svenska hejarklacken. Lennart själv är utstyrd med blågul vikingamössa kompletterad med flätor – uppskattat motiv för närvarande fotografer.

Panathinaikosstadion, också kallad Olympiastadion ligger vid foten av Arditoshöjden inte långt från det centrala Aten. Det ligger på samma ställe som ett stadion från 330f.Kr. Det nuvarande, som byggdes till de första moderna olympiska spelen (1896), rymmer upp till 70.000 åskådare. Det är något över 180m långt (=längdmåttet stadion) och ser precis likadant ut som antikens U-formade stadion i Olympia och Delfi.

Från Olympiastadion ser man Akropolis och delar av det moderna Aten – stora kontraster. I denna härliga miljö hade det individuella tävlandet genomförts och nu skulle lagtävlingen ta sin början.

Arrangören hade på ett utmärkt sätt "moderniserat" denna gamla olympiaborg och anpassat den för vår sport. Vi åskådare kunde, från två stora "elektroniska skärmar" placerade i höjd med tavellinjen, följa skjutna pil och erhålla resultat. Eftersom maximalt 4 skyttar/lag sköt samtidigt blev tävlandet väldigt överskådligt – möjligt och troligt att agerande skyttar inte hade samma positiva uppfattning. Det blev ju en väldig fokusering på de tävlande och att vissa skyttar påverkades var alldeles säkert. Den speaker som arrangören valt var något alldeles extra – han satte "färg" på tävlingarna med ett stort kunnande, en väldigt bra speakerröst – ett proffs.

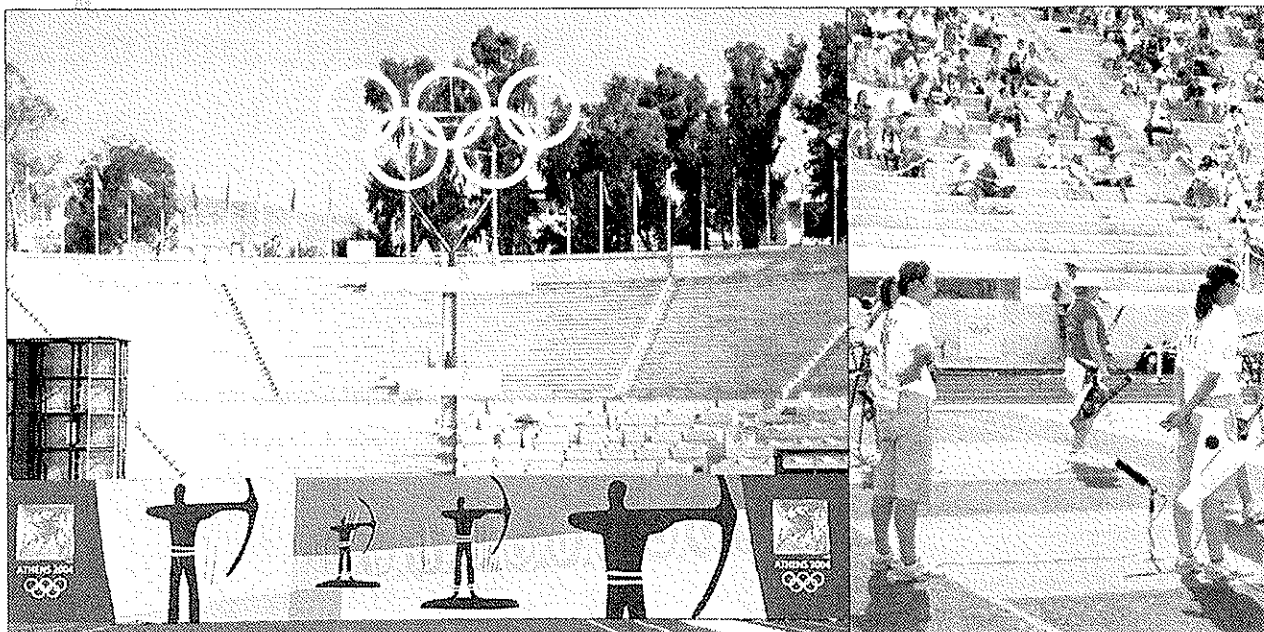
Jag hade förmånen att introducera vår sport för SOK:s gäster i samband med 1/32-delsfinalen. Förutom bra skjutningar, högt tempo, njutbar musik i pauserna,

den goda informationen som gavs samt den utmärkta speakern måste jag säga att denna introduktion blev väldigt bra – alla var mycket överraskade över hur innehållsrik och spännande en bågskytte-tävling var. Flera av deltagarna återkom till tävlingarna på Olympiastadion.

Klockan närmar sig halv nio – spänningen stiger - förväntningar. Rätt mycket publik hade samlats i den stekande solen. Plötsligt höjs publikens sorl – blickarna vänds mot den östra delen av stadion - vår Kungafamilj var i antågande för att se det svenska laget tävla. Det kändes väldigt hedrande att se H.M. Konungen med Familj på läktaren för att heja på de våra.

Några minuter före start kommer lagen in under kraftiga applåder – en mindre kamp mellan svenskar och amerikaner utbryter på läktaren – den vinner svenskarna med Lennart såsom härförare.

Den riktiga matchen startar programenligt och hur den gicktyvärr – här segrade USA och detta redovisas på annan plats.



DE XXVIII OLYN

Text: Tomas Johansson, förbundskapten

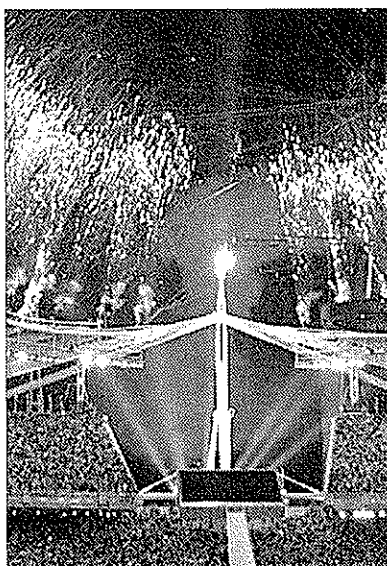
Bild: Bilder i samband med denna artikel samt omslaget är tagna från FITA:s hemsida (accreditation FITA)

De första olympiska spelen arrangerades som bekant 1886 i just Aten och nu var man således tillbaka där allt började. Förväntningarna var förstärkt på topp och med rätta bör tilläggas. Det svenska herrlaget placerade sig ju som tvåa vid VM förra året och sedan dess haft mycket fina förberedelser. Nu placerade man sig som:

När OS 2004 är avslutat kan summeringen för bågskyttets del endast summeras i misslyckande. Dels är det ett misslyckande att Sveriges Olympiska Kommitte inte gav våra tjejer möjlighet att starta i Aten trots att vi hade kvalificerat två damer, det andra misslyckandet är att herrlaget inte lyckades i lagtävlingen.

Goda förhoppningar

Våra skyttar har haft möjlighet till de bästa förberedelser någonsin inför ett OS, och när vi reste till



Aten hade vi goda förhoppningar om bra resultat under OS.

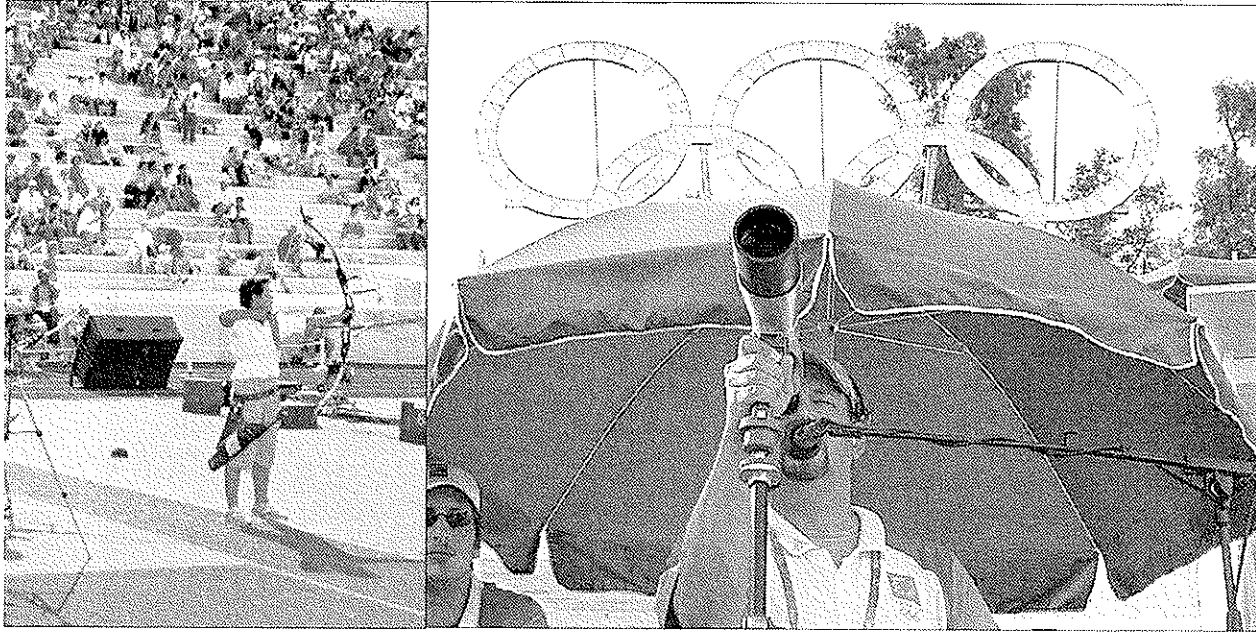
Vi som reste till Aten var skyttarna Magnus Petersson, Lindome, Mattias Eriksson, Sundsvall/Ortviken och Jonas Andersson, Gripen, Malmö och ledare var Tomas Johansson, Västerås och Göran Bjerendal, Lindome.

Bra förberedelser

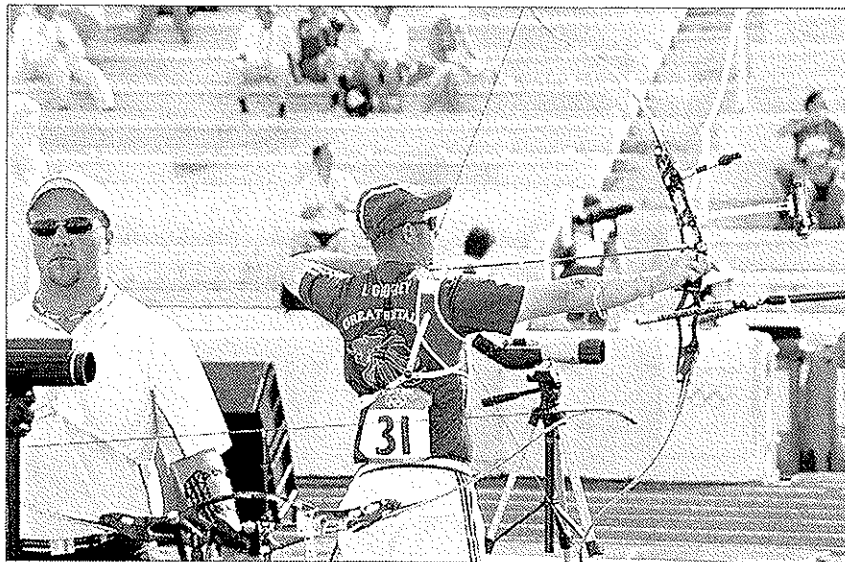
För killarnas del hade våren och sommaren förberedelser börjat i två veckors läger i Australien med träning och sparring mot några av världens bästa skyttar, vidare hade vi varit på tre internationella GP-tävlingar samt även ett mindre läger i samband med årets SM i Borås. Vi var alla överens om att vi hade haft mycket bra förberedelser och alla var verkligen inställda på att lyckas under OS.

Panathinaikon stadion

Vi kom till Aten och OS-byn den 4 augusti och vi hade då 8 dagar till aklimatisering samt träning inför rankingronden som var redan den 12 augusti, dvs. dagen före OS-invigningen. På plats möttes vi av en helt perfekt träningsanläggning alldeles intill OS-byn, så det var bästa tänkbara förhållanden för bågskyttarna under OS-perioden. På träningsbanan skulle även rankingronden skjutas för att sedan flytta matcherna till OS



PISKA SPELEN



finaste arena, Panathinaikon Stadion, marmorstadion som användes redan vid OS 1896. Stadion har renoverats under flera år och blev färdig bara någon dag före tävlingarna. Att få tävla i detta fina stadion är och kommer att bli få förunnat, under OS 2004 användes stadion för bågskytte-tävlingen och samt målgången för Maratonloppen. På vårt team

captains meeting berättades att stadion inte kommer att användas till någon mer tävling över huvud taget om det inte blir så att Aten får ett nytt OS någon gång i framtiden. Stadion ägs privat av flera familjer som har en 300-årig fejd sinsemellan om hur stadion skall användas.

Inte som väntat

När det gäller de svenska skyttarna insats så placeringsmässigt var det ett mycket dåligt OS, ser man till enskilda prestationer finns det ändå några saker att glädjas åt, Magnus skjutning i rankingronden där han slutade på andra plats men tangering av det svenska rekordet på 673 poäng på 72 pilar. På de första 36 pilarna sköt han 345 poäng som är 3 poäng över hans eget svenska rekord. Jonas sköt även han sitt högsta internationella resultat och herrlaget kom på 6:e plats i rankingen vilket är bra gjort. Skjutningen i rankingronden visar enligt min mening hur duktig bågskytt man är. I matcherna gjorde Jonas Andersson en mycket bra match i första omgången då han slog ut en av förhandsfavoriterna till det individuella guldmedaljen, David Barnes från Australien. Jonas vann matchen i den mycket starka och bygga vinden med 159 – 151

Handslaget! - mer pengar till föreningarna!

Handslaget

Under det första verksamhetsåret har specialanslaget Handslaget nu utdelats till våra föreningar. Anslaget är till för utveckling av de svenska idrottsföreningarna inom fyra områden som Staten tillsammans med Riksidrottsförbundet, RF, har beslutat. Vi har tidigare skrivit om detta och på vår hemsida finns mer att läsa om Handslaget.

Nytt "Handslagsår"!

På SBF:s hemsida finns också blanketter för ansökan om anslaget för nästa verksamhetsår. Inom kort kommer pengar för nästa verksamhetsår att börja fördelas. Din förening kan alltså redan nu börja söka handslagspengar. SBF har bestämt att föreningar ska kunna söka kr 5000 för ungdomsverksamhet även under den kommande perioden. Varje ansökan ska således vara beräknad efter aktiviteter som begränsas upp till det ansökta beloppet.

Förbundets senaste utbildningsmaterial "Olympiskt Bågskytte - så funkar det!" är ett enkelt och flexibelt material, väl lämpat att söka handslagsmedel till.

Det vänder sig till nybörjare och beskriver ett antal basala grunder i skjuttekniken.

Rapporter

De föreningar som har fått anslag för 2004 ska i höst rapportera vad som hänt med de kr 5000 man fått för verksamhetsår ett. Blankett för rapportering finns på SBF:s hemsida.

Anslagsfördelningen

	År 1	År 2
Adm. stöd:	103 000	116 000
För utdelning:	127 000	36 300

Det skall handla om något av nedanstående 5 områden:

1. Undanröja hinder som gör att vi har svårt att öppna dörrarna för alla som vill skjuta pilbåge.
2. Satsa på att fler flickor skjuter pilbåge.
3. Hålla nere kostnaderna för att skjuta pilbåge.
4. Fortsatt kamp mot droger, även alkohol, rökning och snusning.
- (5. Samarbete med skolan.)

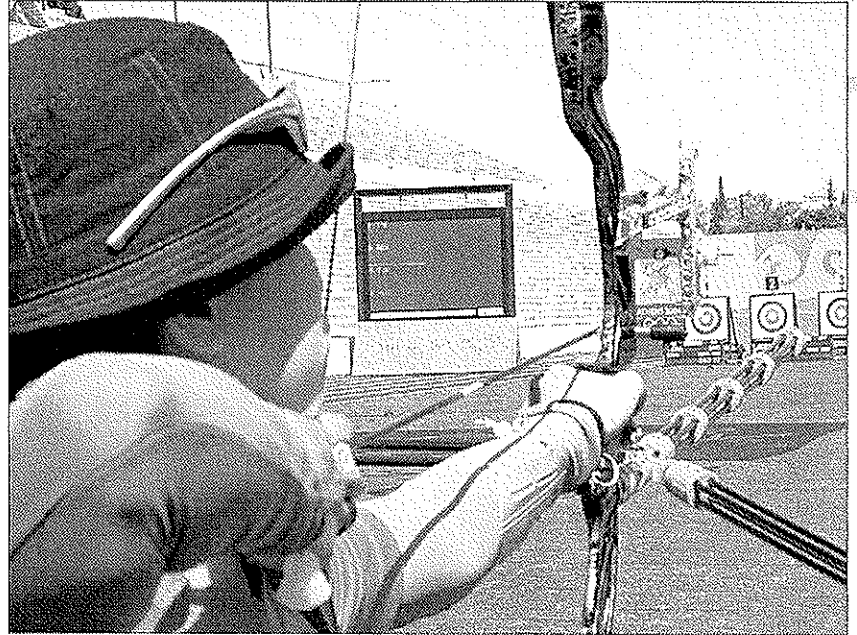
Viktigt: Det är bara fyra som vi ger pengar till (ej skolan). Om man skall söka till det femte området skall man vända sig till sitt distriktsidrottsförbund!

Olympiska spelen....forts.

poäng, en av de bästa matcher en svensk bågskytte någonsin gjort. I övrigt finns resultaten att läsa på SBF:s hemsida.

Sammanfattningsvis är det bara att konstatera att vi inte räckte till i den allt mer hårdnande konkurrensen. Satsningen som görs på det olympiska bågskyttet internationellt och då framförallt i Asien, gör att vi i Sverige måste ta oss en ordentlig funderare på hur vi skall möta det.

Tomas Johansson/
förbundskapten



Magnus Petersson om sitt tredje OS



Jag är oerhört nöjd med mitt OS-deltagande, särskilt kvalet säger Magnus och fortsätter, att det sedan inte fungerade i matchen mot Godfrey var lite oflyt.

– Om jag skjutmässigt jämför mina två tidigare OS var jag mycket stabilare och säkrare nu, det kändes väldigt bra. – Annars tycker jag att det var helt nödvändigt att vara på plats så tidigt som vi var. Det gjorde uppladdningen helt optimal. – Det behövs verkligen med alla intryck som måste bearbetas. – Det är svårt att föreställa sig hur stort ett OS är, att till exempel i matkön stå bakom idrottsstjärnor som man bra sett på tv gör det lätt att tappa fokus.

– Detta var den bästa tävling jag varit på, det var långt över förväntan och mycket tack vare alla funktionärer. – Vi hade en spanjor vid namn Juan Carlos som skötte allt bågskytte och som lade ner ett stort arbete. – Själva stadion var det häftigaste ställe jag skjutit på, helt underbart så mycket historik samlat på ett och samma ställe.

RESULTAT

Guldmatch, herrar

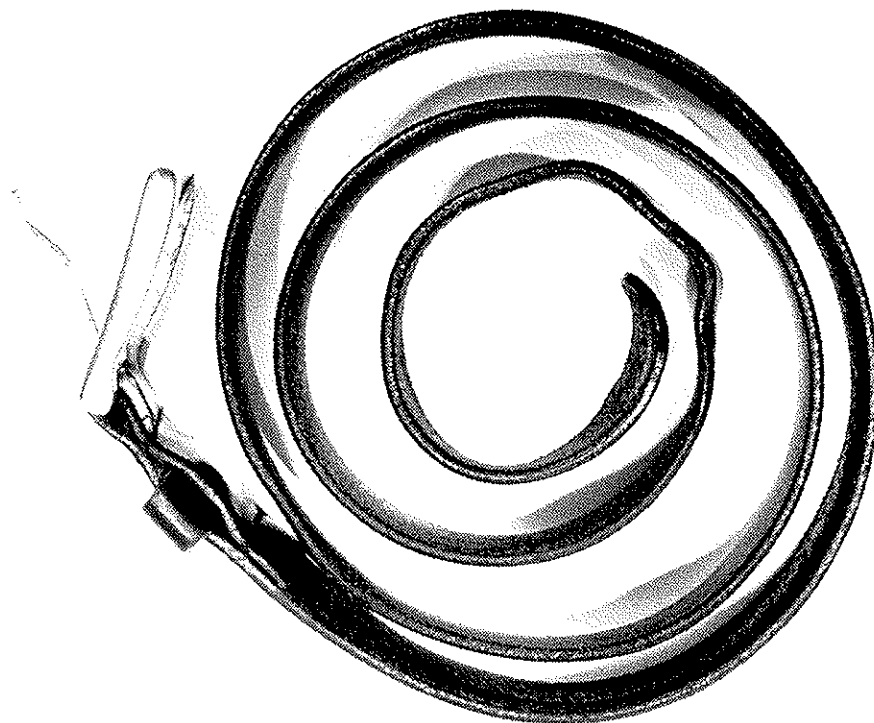
Marco Galiazzo, ITA - Hiroshi



Yamamoto, JPN 111 - 109p.

När den man på den spännande finaldagen väl var framme vid guldmatchen hade ett flertal namnkunniga guldaspiranter fått kasta in handduken. Däribland våra egna skyttar.

Den som lyckades betvinga flest Koreaner var den Australi-ensiske junior världsmästaren Tim Cuddihy. I åttondelen besegrade han Jang Yong Ho i sista pilen med 166 - 165p. Detta följde han sedan upp med ännu en spännande match mot Park Kyung Mo med 112 - 111p.



Välkommen till Bågskytte-SM i Göteborg.

Den 2-3 april är det än en gång dags för Sveriges bågskytteelit att göra upp om mästartiteln på Svenska Mässan i Göteborg. Passa på att ta med familjen och bjud dem på en spännande helg i upplevelsernas stad! Delar de inte ditt idrottsintresse behöver du inte vara orolig. Museer, teatrar, caféer och butiker i Europas största shoppinggalleria Nordstan är bara något av det som väntar. Den 13-14 augusti 2005 avgörs SM i fält på samma banor som VM. Välkommen att prova VM-banorna!



Olympiska spelen....forts.

Den 41-årige Japanske veteranen Yamamoto ställdes tidigt mot den top-rankade Koreanske tonnåringen Im Dong Hyun. Yamamoto som varit med i 12 VM, deltagit i 5 olympiska spel och som vann bronsmedalj vid OS 1984 då Galiazzo bara var ett år gammal, vann den segdragna kampen med 111 - 110p.

I semifinalen ställdes Galiazzo mot Godfrey och Yamamoto mot Cuddihy. Galiazzo fick jaga under större delen av sin match men den avslutande "bingon" satte stopp för Brittens gulddrömmar, 110 - 108p.

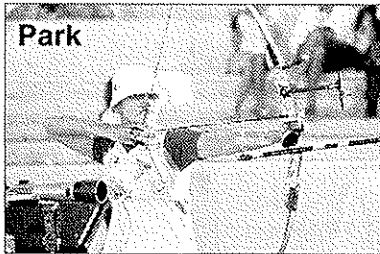
Inför sista serien avslutade Cuddihy med en iskall "bingo" och därmed var den Japanska trepoängsledningen reducerad till det Olympiska rekordet 115 - 115p efter 12 pilar. Särskjutningen inleddes med en Japansk 10:a. Cuddihy höjde sin båge under en massiv tystnad från de 5000 på läktarna. Det blev en nia och matchen till Yamamoto.

Efter Simon Fariweather's guldmedalj i Sidney blev det här Australiens andra olympiska medalj då Cuddihy besegrade Godfrey med 113 - 112.

"Jag sa till mig själv, var fokuserad, skjut och ta det lungt" förklarade Cuddihy efter bronsmatchen.

Guldmatch, damer

Park Sung Hyun, Kor - Lee Sung Jin, Kor, 110 - 108.



I och med detta blev denna guldmedalj den tionde i rad för Korea. En obruten olympisk segerrad som tog sin början 1984.

Den 21-åriga Park var i en klass för sig under hela turneringen med nytt världsrekord på rankingronden med 682p. På sin väg mot guldet besegrade hon hemmafavoriten Psarra med 111 - 101p och i semifinalen den Brittiska hoppet Alison Williamson med 110 - 100p.

Den blått 19-åriga Lee besegrade Yuan Shu Chi från Kinesiska Taipei med 104 - 98.

I guldmatchen startade Lee bäst med 56 - 53 och en perfekt "bingo" i sin andra serie. Men Park, världsmästarrinnan från 2001 och silvermedaljör vid senaste VM, behöll sitt lugn. Hon avslutade matchen med 4 tior vilket tvingade Lee att skjuta en 10 för att ordna en särskjutning. Men det blev en 8:a och slutställningen 110 - 108p.

"Jag är kristen och tror att min sista pil var en gåva från Gud", sa Park efter segern.

Lee som trots sin besvikelse tog sin förlust med värdighet, sa efteråt "Det var en stor ära att få tävla i finalen och jag är inte besviken eftersom guldmedaljen hamnade i Korea".

Senast en Brittisk dam vann medalj vid ett OS var 1908, så efter sitt fjärde OS kunde nu Williamson ta hem sin bronspeng. Yuan hade behövt en nia eller bättre i sista pilen men hon sköt en sju till resultatet

Svenska resultat

Magnus Petersson besegrades i 16-delen av den slutliga fyran med 162 - 163p.

Magnus berättade efter förlusten att han var besviken över sin insats men att det egentligen handlar om millimetrar, i dag var några av hans pilar just innanför linjen och det gjorde skillnaden.

Jonas Andersson gjorde en rejäl insats då han i sin första match slog ut den Australiensiske stjärnan David Barnes. Men i 16-delen blev den ryske veteranen Balzhinima Tsyrempilov för svår, matchen slutade 162 - 160p.

Mattias Eriksson åkte ur OS i första matchen mot den Italienska stjärnan Ilario di Buo med siffrorna 146 - 151. Detta efter att Ilario ryckt åt sig en 5-poängsledning inför sista serien där bägge skyttarna skjuter

Pl.	Klass: Herrar		Land	Ranking	32-del	16-del	8-del	Kvart	Semi	Brons	Guld
1	Marco Galiazzo	ITA	672	156	164	162	109	110			111
2	Hirochi Yamamoto	JPN	664	155	162	168	111	115			109
3	Tim Gudihiy	AUS	663	148	164	166	112	115	113		
4	Laurence Godfrey	GBR	650	157	163	167	110	108	112		
5	Im, Dong Hyun	KOR	687	152	171	167	110				
26	Magnus Petersson	SWE	673	158	162						
27	Jonas Andersson	SWE	653	160	160						
39	Mattias Andersson	SWE	637	146							
Damer											
1	Park, Sung Hyun	KOR	682	154	165	171	111	110			110
2	Lee, Sung jin	KOR	675	164	166	165	104	104			108
3	Allison Williamsson	GBR	637	147	154	165	109	100	105		
4	Yuan, Shu chi	TPE	658	162	158	166	109			98	
5	Yun, Mi Jin	KOR	673	162	173	168	107				

Att skjuta med sikte:

Här berättar Mats Palmér lite om konsten att skjuta med sikte.

Text: Mikael Svahn

Det är inte många som tagit internationella medaljer i samtliga discipliner, Mats Palmér född 1960 och skjutande för Lindome BK är en av dem. Att beskriva våra olika discipliner skulle här ta för mycket utrymmen men i stora drag handlar det dels om en förfining av siktet från långbåge till compound.

Det handlar också om känsla och kampen med siktet. Långbåge kräver mycket känsla för siktet och pilens flykt mot målet och kräver en större kämpainsats än de övriga disciplinerna.

Rent teknikmässigt tycker jag att fristilen ger lite större utrymme, säger Mats. – Man kan vara lite tuffare i tekniken och det är lättare att känna efter på detaljer. – I klassiskt går det åt en väldig massa energi till att hålla kvar i mitten. – Detta medan compounden mer är en sorts balansakt, kroppen och siktningen i en enda linje.

– Därför känns det mera direkt i compounden om det blir ett bra skott. – Fristilen tycker jag kräver lite mer fysisk styrka än de andra disciplinerna, att hålla igång arbetet över klickern och tills pilen sitter i tavlan.

Jobba förbi klickern

- Finns det något du får jobba mera med i fristilen än i med det andra?

- För min del tar det i början en väldig massa energi med att få igång jobbet förbi klickern innan det sker automatiskt. - I klassiskt och compound räcker det med att hålla igång draget.

Att sikta

- Finns det något du tycker att man som fristilsskytt ska jobba mera med?

- I fristilen blir siktningen mera påtaglig och jag vet en del, Magnus Petersson tex, som är väldigt bra på att hålla stilla. – Kanske man skulle försöka träna lite på just det. – En annan sak som kan vara värt att ta upp är att inte bli rädd om siktet skulle vandra ur gult.

– jag brukar tänka "mot mitten, mot mitten" hela tiden och då brukar skotten hamna där omkring i alla fall.



- Hur siktar du?

- Jag vill hålla mitt fokus på tavlan och så hamnar siktet framför. – Det blir svårt om fokus vandrar fram och tillbaka. – Det kan också skilja sig lite beroende på ljuförhållanden, om tavlan står i mörker tenderar siktet att framträda mer tydligt.

Siktproblem

- Hur undviker du siktproblem?

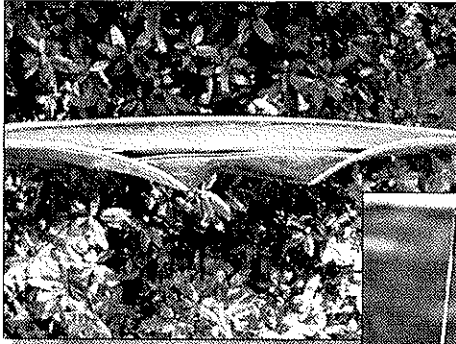
- Egentligen, säger Mats, borde man inte få dem alls men ibland beror det på att man vill ligga lite före i tankarna. – Man vill så att säga ha tian innan man gjort sig förtjänt av den. – Tänk på hur du vill göra skottet och lägg fokus där., avslutar Mats.

INSTÄLLT!

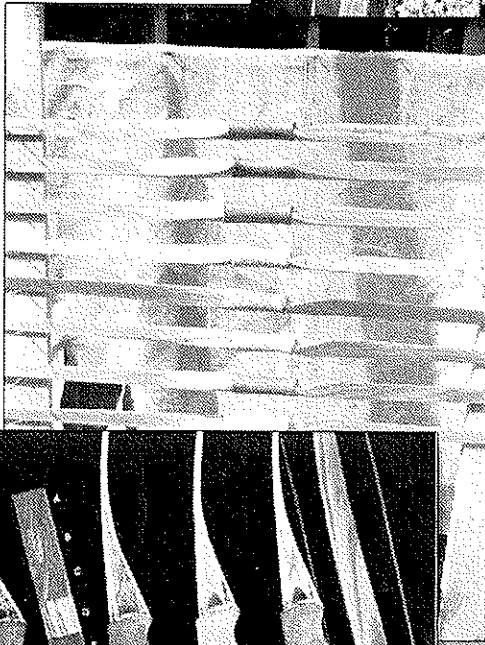
HÖSTRUSKET I GRÄSTORP
ÄR INSTÄLLT P.G.A
OMBYGGNATION

BS Grästorp

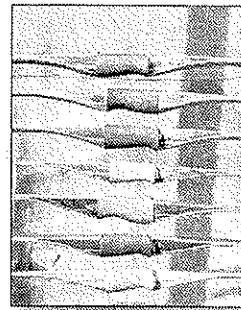
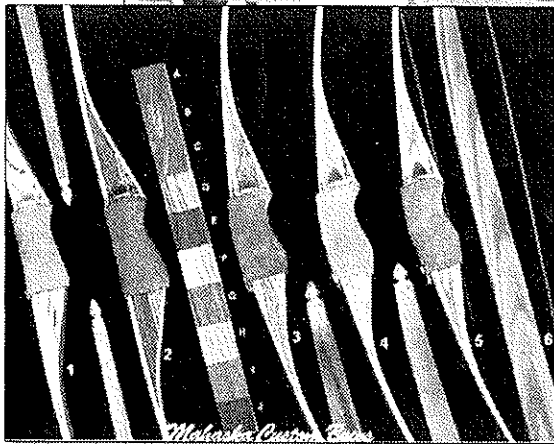
Arrownet



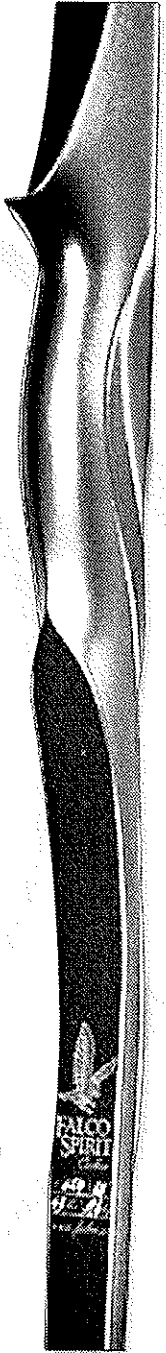
Border Griffon
40 - 45 lbs
6200 - 6500 kr
beroende
på träslag



35 - 50 lbs
4800 kr

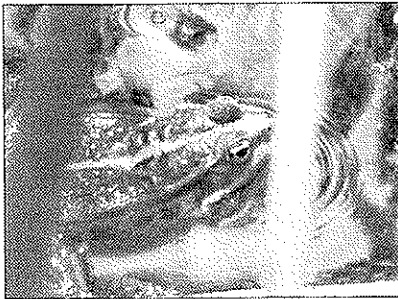


Falco Spirit 30 - 45 lbs (Vår riktiga storsäljare för nybörjare.)
1800 kr



Världsmästerskapen i Fältbågskytte

Plitvica, Croatsien, 2004-07-05/10



Det var inte utan ambitioner som det svenska laget reste till Croatsien och årets VM i Fältbågskytte. Bästa nation, av totalt 26 nationer, var målet även denna gång. Ett mål som man också lyckades med även om det blev tufft mot Italien och Tyskland.

Laget bestod av:

Erik Jonsson, Mathias Larsson och Martin Ottosson i herrar klassiskt

Annika Åhlund i damer klassiskt. Björn Jansson och Mats B Andersson i herrar fristil.

Petra Ericsson och Jennie Knutsson i damer fristil.

Ulrika Sjöwall, Ingrid Olofsson och Karin Teghammar i damer compound.

Morgan Lundin i herrar compound.

Martin Tapper, Isabell Danielsson, Andreas Lindström, Sara Boberg, Niklas Willman och Mikael Ross i junior.

Samt Per Edling (lagledare), Dragan Patic och Gullimar Åkerlund som ledare.

Annika Åhlund, Stallarholmen



Kvaldagarna

Det var i en nationalpark som tävlingen genomfördes och det var mycket folk i rörelse i omgivningen under kval dagarna. Kvalbanorna var tyvärr utlagd på ett sätt som näst intill omöjliggjorde för andra än skyttarna att se målen. Det var endast 3-4 mål som man kunde följa, av totalt 48 mål. Under elimineringsronden blev det bättre för publik och ledare, där kunde man se kanske 1/3-del av målen. Så till slut final målen som var förlagda till hotellområdet där man kunde se samtliga mål.

Arrangörlandet hade försökt så gott de kunde men det måste finnas stora möjligheter att Vision Väst och Västkustens BF med

sina klubbar att göra sitt VM 2006 mycket bättre.

Saker som:

- Att publik och ledare ser de flesta målen under kval och eliminering
- Att det finns bättre möjlighet till Internet och fax för kontakter med hemmedia.
- Att alla domarna skall vara väl utbildade i fältreglerna
- Att tiden, 4 minuter, upprätthölls av domarna. (det måste vara något som är fel när den snabbaste patrullen på omärkt banan kommer in kl.



15.40 och den sista på samma banakommer in kl. 18.45)

Vision Väst hade en bejublad förhandsvisning av blivande VM och Göteborg under en av kvällarna. Man hade Petra Ericsson som föredragshållare vilket gjorde presentationen mycket bra. Detta var ett bra sätt att höja ribban, kanske till en nivå som man kan begära av ett arrangemang av denna dignitet. Nu är det "bara" upp till bevis för Sverige och Vision Väst år 2006.

I övrigt:

- * Soligt och varmt varje dag bidrog till att det blev ett bra VM.
- * Landets president var på blixit-visit.
- * Erik Jonsson sköt bäst av alla i varje kval och eliminering.
- * Morgan Lundin missade totalt 13 poäng på hela VM:et (av 1200 p sköt Morgan 1187 p)
- * Fita:s Presedent Jim Easton pratade ingående med Sveriges lagkapten Per Edling, undra om vad??

* Italienskan i damer fristil, Jessica Tomasi, blev uppflyttad från juniorklassen och kämpa totalt.

* I herrar fristil efter mål ett i semifinalerna slogs ett rekord.

Totalt blev det 8 protester innan man kunde slutbesluta om hur man skulle ha det. Protest (USA) med motprotest (Italien) som gav ny protest (Frankrike) med motprotest (Italien) som gav ny protest (USA) som gav ny protest (Italien) med motprotest (USA) som gav en sista protest (Tyskland). Därefter beslutade Juryn samma som efter protest ett.....

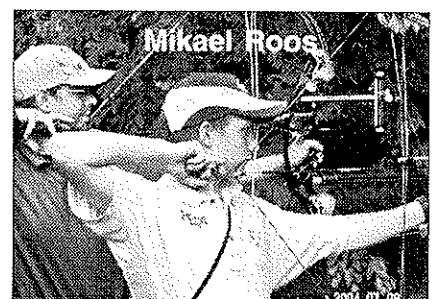
* Italiens ålderman Orlandi vann sin semifinal i HK på 44 poäng samtidigt som Mathias Larsson förlorade mot Erik Jonsson på sina 49 p. Det räcker inte att vara näst bäst i Världen man måste komma rätt i stegen också.

* Det tog 4 timmar att ta sig från Hotellet till flygplatsen, 17 mil bort. 42 km/timmen, det skulle vara i Sverige det.

* Totalt ringdes det till media i Sverige för 2500:- av lagledarna.

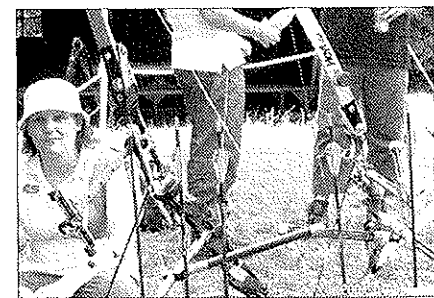
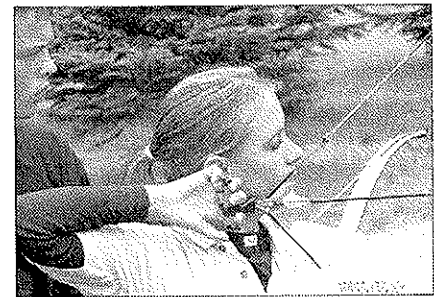
Grattis till ännu en bra tävling och kämpa vidare mot VM 2006.

Gullimar Åkerlund



RESULTAT, Fält-VM

Herrar Klassiskt								
Pl.	Namn	Land	Kval	8-del	4-del	Semi	Brons	Guld
1	Erik Jonsson	SWE	660	169	170	53		52
2	Mario Orlandi	ITA	616	161	157	44		45
3	Mathias Larsson	SWE	636	155	155	49	52	
7	Martin Ottosson	SWE	639	155	150			
Herrar Fristil								
1	Sebastian Rohrberg	GER	660	163	169	51		57
2	Joseph McGlynn	USA	666	162	172	51		49
3	Jean Michel Piquet	BEL	663	164	169	49	52	
9	Björn Jansson	SWE	640	159				
18	Mats B Andersson	SWE	613					
Herrar Compound								
1	Chris White	GBR	713	180	180	58		59
2	John Dudley	USA	710	179	179	60		58
3	Morgan Lundin	SWE	713	176	180	58	60	
Damer Klassiskt								
1	Monica Jentges	GER	599	145	150	47		45
2	Reingild Linhart	AUT	594	140	147	46		41
3	Mariana Howells	GBR	495	134	142	33	47	
6	Annika Ahlund	SWE	540	133	135			
Damer Fristil								
1	Jessica Tomasi	ITA	633	149	151	56		53
2	Elisabetta Buono	ITA	622	142	149	50		52
3	Mannuela Kaltensmark	GER	607	145	149	45	50	
8	Jennie Knutsson	SWE	571	141	135			
13	Petra Ericsson	SWE	617	137				
Damer Compound								
1	Francoise Volle	FRA	700	174	178	57		57
2	Petra Friedl	AUT	698	176	177	58		54
3	Martina Schacht	GER	698	173	176	57	59	
4	Ulrika Sjöwall	SWE	696	171	175	55	56	
10	Karin Teghammar	SWE	680	169				
Herrar Juniorer Klassiskt								
1	Andreas Lindström	SWE	551		117	42		35
2	Gavin Howells	GBR	521		118	41		34
3	Andrej Natlacen	SLO	617		141	40	48	
Herrar Juniorer Fristil								
1	Ivan Muznik	SLO	663		164	49		54
2	Rok Mazgon	SLO	622		155	50		51
3	Alessandro Anderle	ITA	642		163	47	53	
5	Martin Tapper	SWE	618		148			
Damer Juniorer Compound								
1	Isabell Danielsson	SWE	653					
2	Sara Boberg	SWE	641					
3	Claudia Benigni	ITA	625					
Herrar Juniorer Compound								
1	Stefano Zanobetti	ITA	698	176	175	54		54
2	Mikael Roos	SWE	665	167	170	57		53
3	Milan Kiss	HUN	671	167	169	55	58	
5	Niklas Willman	SWE	667	166	166			
Lag Herrar								
1		GBR	2003		110	58		52
2		FRA	1989		103	50		49
3		SWE	2013		101	46	56	
Lag Damer								
1		FRA	1948		91	47		51
2		GER	1915		97	49		48
3		SLO	1857		82	43	46	
5		SWE	1853		89			
Lag Herrar Juniorer								
1		SLO	1902			53		51
2		CRO	1698			47		40
3		ITA	1962			46	50	
4		SWE	1836			44	47	



**SVERIGE
BÄSTA NATION!**



Medalfördelningen		Guld	Silver	Brons
1	SWE	3	2	3
2	ITA	2	2	3
3	GER	2	1	2

Fristil med Jenny Sjöwall Karlsson

Text: Jenny Sjöwall-Karlsson



Mina tankar kring skjutteknik.

Det är viktigt att ha en så enkel teknik som möjligt. Själv strävar jag efter enkelheten i mitt skytte. Desto enklare teknik man har desto lättare är den att kontrollera vid påfrestande situationer som finaler och när man känner sig pressad.

Själv har jag två fasta punkter/triggers som jag håller fast vid idag och det funkar riktigt bra.

Att träna bra.

För mig är att träna bra att träna med kvalitet och inte kvantitet. Det ska finnas en tanke bakom

träningsspasset. Särskilt idag när jag inte har tillfälle att träna när som helst så känns det väldigt viktigt att veta vad jag ska göra med träningen när jag åker till passet.

Jag tränar ofta själv och då är det viktigt med disciplin och verkligen träna på det man tänkt.

Det blir heller inga direkta pauser i träningen så då gäller det att ha kvalitet på det man gör så att man inte bara står och matar iväg en massa pilar.

"Man ska också ha kul på banan och verkligen känna för träningspasset."

Idag åker jag inte och tränar om jag inte känner för det. Det är väl en stor skillnad i mitt bågskytteliv idag jämfört med när jag tränade och tävlade på elitnivå. Förr var det väl lite mer ett måste ibland men om man ska vara på topp krävs det mycket träning och varje pass kan inte vara lika roligt.

Utrustning, dyrt eller bra ordning.

Utrustningen ska vara enkel med inte allt för mycket finesser och skruvar som kan gå sönder och skaka loss. Dyrt eller bra ordning är svårt att svara på men ofta får man ju kvalitet efter priset man betalar. Man får ju också ta ställning till vad man vill med sitt skytte, vill man satsa så får man nog vara beredd på att det kostar lite mer.

Vad kan man få jobba extra med som fristilsskytt.

Det jag själv försöker jobba med är nog mest enkelheten i tekniken. Jag tror nog inte det är någon större skillnad på vad man måste jobba extra med i någon av våra stilar utan jag får en känsla av att vi jobbar på ungefär samma saker. Alla strävar åt samma håll, att försöka skjuta varje pil så lika varandra som möjligt.

Jag tror att har man en enkel men stabil teknik samt rätt inställning till sitt skytte så har man goda grundförutsättningar att nå framgång.

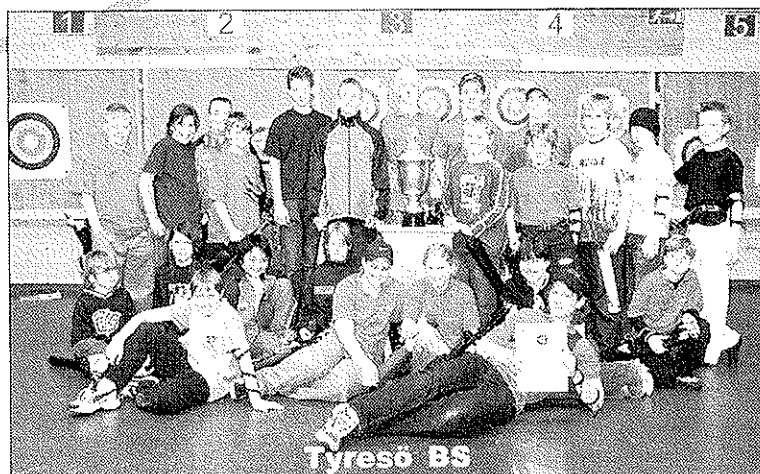
SUNDSVALLSPILEN, 17/10 sidan 28
SOLSTAPILEN, 24/10 sidan 41



Yngre Junior Trofén

Per den 31 augusti 2004
och 120 tävlingar

Av: Henry Jonson



Plac	Förening	Deltagare	Starter	Poäng					
1	BS Grästorps	8	121	350	48	Frösö CPK	2	10	27
2	Tyresö BS	15	95	345	49	Västbo BK	2	15	25
3	Stocka BSK	8	99	320		Kristianstads BK	6	11	25
4	Skogens IF	13	115	310	51	BK Fiskgjusen	2	7	21
5	Eskilstuna BS	15	93	303	52	Alingsås BK	2	8	20
6	Lindome BK	17	73	252	53	Alvenäs BK	2	9	19
7	Sundsvall/Ortvikens BK	9	66	240		BK Göta Lejon	3	6	19
8	BK Dalpilen	3	42	221		Umeå BK	3	9	19
9	BS Gothia	11	70	214		Skövde BK	5	10	19
10	Huskvarna BK	10	51	170	57	BSK Sturarna	1	9	18
11	Falu BK Kopparpilen	5	44	117	58	Rejmyre BSK	2	8	17
12	BK Fjäders	4	40	106	59	Korsnäs IF/BK	3	16	16
13	Karlstads BK	4	33	103	60	BK Gripen	5	10	15
14	Helsingborgs BK	8	26	96		Motala BK	6	8	15
15	Timrå AIF	4	36	93		Pauliströms IF	7	14	15
	Sätters IF/BK	4	36	93	63	Uppsala BK	1	2	14
17	Hammarö BSK	3	20	91	64	Piteå BK	2	7	13
18	BK Björnen	7	43	87		Linköpings BSK	3	7	13
19	Trelleborgs BK	7	22	84	66	Ljusdals BK	1	5	9
20	BS Kil	2	22	82		BK Vildkaninen	3	3	9
21	Kiruna BK	6	32	62		Söderhamns BK	3	3	9
22	BK Friskyttarna	2	19	58		Hässleholms BK	5	8	9
23	Södertälje BF	10	33	55	70	IF Karlsvik	2	5	8
24	Grimslövs AIF	5	23	54		IF Ulvarna	2	6	8
25	Vetlanda BSK	4	23	52	72	Åtvidabergs BK	1	2	7
26	Finspångs BSK	11	29	51	73	Sandvikens BK	1	2	6
27	Vällsjö BK	5	17	50		Strängnäs BK	2	6	6
28	Tibro BS	8	24	49		Lammhults BSK	3	3	6
29	Vänersborgs BK	3	12	48	76	Falkenbergs BK	1	1	5
	IK Österviking	3	14	48		Upplands Väsby BK	1	2	5
31	BSK Hudik	7	29	44		Ronneby BF	2	2	5
32	BS Vaggeryd	1	13	41		Angereds BS	2	3	5
	Kungälv BK	4	17	41	80	Nyköpings BK	2	4	4
	Skellefteå BK	4	20	41		Skurups BK	3	3	4
35	Bodens BKP	1	9	40	82	Karlskrona BK	1	1	3
36	BSK Iggesund	5	20	38		Skallsjö BG	1	1	3
37	Kungsängens BK	3	18	36	84	BK Bergslagspilen	1	2	2
38	Mjölby BS	2	18	34		BK Danapilen	1	2	2
	Kristinehamns BK	4	17	34		Rembo IK	1	2	2
40	Svärdsjö IF Vasapilen	3	19	32		Kumla BK	2	2	2
41	Tranås BSK	3	8	31	88	BSK Uven	1	1	1
	Borås BS	3	13	31		Bälsta BSS	1	1	1
43	Sollefteå BK	1	13	30		BK Snapphanen	1	1	1
	Järnvägens IF	4	18	30		Västerviks BK	1	1	1
45	Rumskulla GOIF	5	13	29		Östersunds BK	1	1	1
46	Stockholms BK	2	6	28		Summa	374	1876	5246
	Halmstads BF	5	13	28					

3D-SM-succé i Gävle

Text: Mikael Svahn, Bilder: Mikael Eriksson



Senast det var fler deltagare på ett skogs-SM var den 7 september 1996 då arrangerade Skövde BSK Jakt-SM med 355 deltagare. Nu blev det till slut 318 skyttar till start av 338 anmälda något som arrangören var mycket nöjda med och för första gången fick man genomföra ett 3D-SM med så kallade "väntpatruller". Enligt Tommy Holmgren i arrangörsklubben är det inte omöjligt att 3D-expansionen fortsätter i samma takt med kanske så mycket som 100 – 150 fler anmälda i framtiden.

Ett antal av skyttarna hade skicklighet nog att upprepa sina fjolårssegrar

dessa var:

Mikael Roos, HC13, Tyresö BS.
Andreas Lindström, HK16,
Sätters IF/BK. Jonatan Wessman,

HK13, Uppsala BK. Sanna Fors,
DF13, Eskilstuna BS. Christer
Holm, HC5 BS Gothia.

Resultatlistan finns att beskåda på
föreningens hemsida via:
www.bagskytte.se

På förbundets hemsida strör Gullimar Åkerlund, förbundskapten för juniorlandslaget beröm över arrangören. "En mycket bra SM-tävling (det bästa jag varit på i alla fall) med många fina, bra och roliga sidarrangemang gjorde att även anhängare kunde uppleva roliga stunder. Tommy och hans stab har gjort mer än man kan begära av dem och platsar in bland de bästa SM-arrangörerna i moderna tid", skriver han.

Många tyckte att det ändå kändes som en liten tävling då det inte blev några långa väntetider, säger

tävlingsledare Tommy Holmgren. - Vi hade en hel del "nyheter" och fick mycket bra kritik för maten som var varierade under dagarna, underhållningen och andra kringarrangemang. - Vi hade också gjort ett patrullchefskort där vi informerade lite kort om just mat, vatten, domare, sjukvårdare, regler osv. - Detta gjorde att det inte förekom några problem med patrullerna.

- Ett stort tack till banläggarna Peter Holmgren, Lennart Andersson, Mikael Karlsson och Inge Bertäng och till alla andra som gjort detta möjligt.

Lördagkvällen drog omkring 400 deltagare och blev mycket uppskattat, kvällen avslutades med ett fyrvärkeri. På torsdagen innan tävlingen kom det en hel del regn, berättar Tommy och det var precis då man skulle placera ut alla djuren. - Det blev lite kladdigt här och var men det var ingen fara. - Kul också att det kom hela 50 fristilsskyttar, 65 långbågar och det var en väldigt stor % som aldrig skjutit 3D förut.


Utförligt upplevelsereportage i nummer 10!






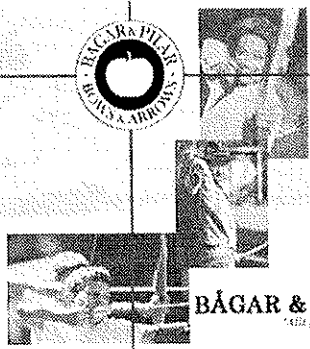
Triewaldsgränd 3 : 111 29 Stockholm : Tel 08-21 91 68 : Fax 08-20 46 20 : www.bagaropilar.com

www.bagaropilar.com




**klip för
bågskytte**

:: www.bagaropilar.com ::





BÅGAR & PILAR
klip för bågskytte



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.


:: Välkommen till Bågar och Pilar ::
Bågar och Pilar grundades 1975 av Björn Bengtson, som skjutit och byggt pilbågar sedan tidigt femtital. Vårt sortiment täcker allt från fritidsbågskytte till avancerat tävlingskytte.



:: 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

Bågar och Pilar is a Associate Member of



FITA the International Archery Federation

Information produkter länkar

Uppdaterade priser...



Triewaldsgränd 3 : 111 29 Stockholm : Tel 08-21 91 68 : Fax 08-20 46 20 : www.bagaropilar.com

3D Touren tackar sina sponsorer för den gångna säsongen 2004.

3D Tourens styrelse vill tacka alla som under
denna år deltagit och upplevt att 3D Skytte
är en rolig och trevlig sport.

Ett stort tack till:

Bagar & Pilar

Mitt i prick

Nordiska Archer & Supply

Labo Import AB



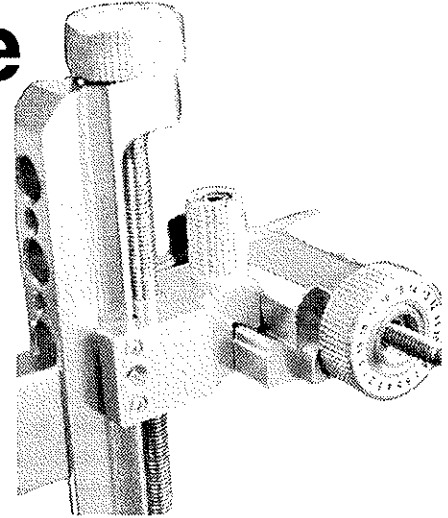
LABO IMPORT AB
SWEDEN



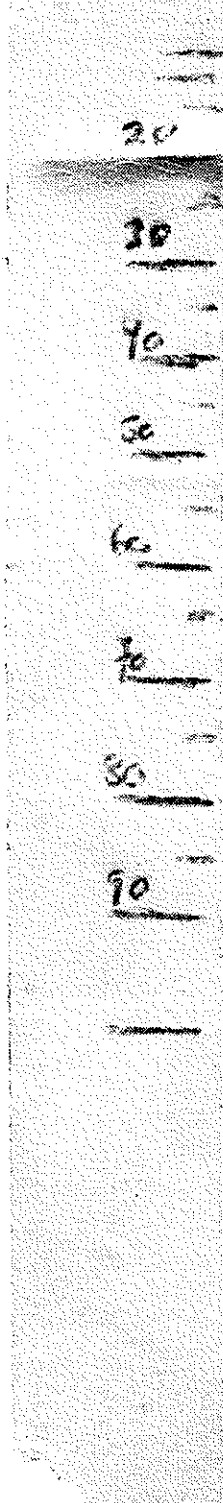
Triewaldsgränd 3 : 111 29 Stockholm : Tel 08-21 91 68 : Fax 08-20 46 20 : www.bagaropilar.com

Siktet i sikte

Text: Leif Janson
Bild: Mikael Svahn



Man kunde då rikta pilspetsen mot olika markeringar man hade på en pinne.



Den klassiska stilen är utgångspunkten för allt bågskytte, så även för siktets utveckling. Från den egna pilen har siktet vandrat från en placering på marken till bågen och där utvecklingen nu flyttat ut siktet på en arm en bit från bågen.

Det första sättet att sikta var för bågskytten naturligtvis pilen. Man skulle kunna säga att de första tavelskyttarna var klassiska bågskyttar. Man hade bara pilen som sikte och man hade ingen klicker. Efter hand upptäckte skyttarna att det var svårt att sikta så långt under tavla. Man höll handen under hakan, som vi gör nu. De som hade svaga båga, eller bågar med dåligt kast, måste hålla handen ännu längre ned under hakan. I vissa fall höll man draghandsen ända ned mot bröstet. För att hitta rätt "ankring" hittade man på att sätta ett märke på strängen. Därmed var munkulan uppfunnen.

Det första egna siktet låg på marken

De svårigheter man hade att hålla pilspetsen på samma ställe från skott till skott tvingade skyttar att på marken markera var man skulle sikta. Detta togs upp som en regel i FITA. Företeelsen kallades *Point of aim* och den regeln fanns i SBF:s regelbok till för bara några år sedan. Point of aim var helt enkelt ett sikte placerat på marken.

Siktmärken och knappnål

Så småningom började allt fler skyttar att sätta siktmärken på bågen. Skyttar som sköt med någon form av sikte kallades *märkes-skyttar*, numera fristil. De märken man flyttat från point of aim till bågen var enkla markeringar på insidan av bågen. Man hade plåster, som klippts till en kilformad pil, gummiband som kunde rullas upp och ned efter önskemål. Det första egentliga siktet var tillverkat av en porös skumgummiremsa som fästes på bågens baksida, syntes en för skytten, denna kompletterades med en knappnål som stacks in i skumgummit. Nålen, helst en med större huvud, fungerade som sikte.

Line-o-sight och utbyggda sikten

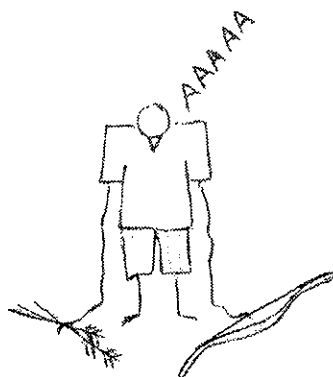
Det första kommersiella siktet var Det amerikanska så kallade Line-o-sight. Den var också fäst med en självhäftande tape dikt mot bågens baksida. Skillnaden var att man nu hade en skena som sikthuset kunde glida över. Därmed var lättare att hitta rätt både vertikalt, höjdställningen, och horisontalt, sidjusteringen. Efter hand som utvecklingen fortgick började krav ställas att man skulle kunna bygga ut siktet en bit från bågen, för att kunna se siktet tydligare och att siktingens känslighet skulle bli bättre. Det var en svår fråga som måste tas upp som en motion till FITA-kongressen.

Det att ha ett bra sikte är en absolut nödvändighet för i första hand compoundskytten. Men också fristilsskyttarna bör titta över vilken sorts sikte man använder. Ett sikte med en enkel fastsättning och ett vingligt sikthus är knappast bra. Om man tävlar seriös kan det vara värt att kosta på ett bra sikte.

Rädslan att sikta

Text: Leif Janson
Bild: Mikael Svahn

Det största problemet vi har inom alla skyttegrenar är siktningen. Visst är väl märkligt att vi ska ha så svårt att sikta i mitten. Att sikta kan ju ett litet barn förstå och göra direkt. Populärt kallar vi olika siktproblem för guldskräck, GS. Men är det bara det att vi har svårt att sikta eller ska vi ta in andra faktorer i sammanhanget?



Visst är det ett sammantaget problem. Vi kan diskutera koncentrationsförmågan, reaktion på olika fysiska informationer som kommer till hjärnan. Vi har också krav som vi själva ställer på oss men också krav andra ställer. Det kan vara uttalade eller outtalade. Men de kan kännas som en belastning och därmed kan skjutningen störas.

Koncentration

Om vi börjar med koncentrationen är det otroligt svårt att hålla koncentrationen på bara det vi ska göra. Vi har hur lätt som helst att ta in andra faktorer som skulle vara av minimal betydelse för skyttens koncentration på det denne ska utföra. Man tar in för skytten ovidkommande informationer. Bra koncentration innebär att skytten ska ha kontroll över det man ska göra men låta det som ska skötas automatiskt och ägnas mycket liten eller ingen koncentration. Det här är träningsbart och det ska tränas om man vill bli en bra skytte.

Kontroll

Människans har ett behov av att kontrollera sin omgivning. Det leder i det här sammanhanget till för mycket kontroll av sådant som inte medvetet skall kontrolleras bågarm, dragarm, arbetet osv.

Man tror att man ska kontrollera alla känslor, informationer till hjärnan, som ingår i skjutningen. Problemet är att skytten också börjar kontrollera sådant som inte har med skjutningen att göra istället för att ägna tankarna åt det man ska göra. Exempel på detta kan vara tankar som, "ska jag trycka på skottet, nu känns draget tungt, mina dragfingrar ligger fel...."

Formulera krav som arbete istället för något du skall uppnå.

Om vi talar om kraven från oss själva och kraven från andra är det viktigt att man ligger lågt i sina krav, i alla fall om man har dålig skjutning. Det måste vara lättare för alla skyttar att gå ut med försiktiga egna krav. Kravet kan du formulera som ett arbete, jag ska genomföra min skjutning på det här sättet... precis som jag tränar

på hemma. Bra skott som med höga krav, kanske knappast aldrig kommer. Tänk så kul man kan ha när man är på en tävling med låga krav, kanske ha en plan för hur man ska genomföra sin skjutning, och att man då och då faktiskt skjuter bra skott. Man kan berömma sig själv och man kan iakttä saker och ting som händer under tävlingen.

Tävlingen måste till att börja med vara en rolig upplevelse. En upplevelse som ska lära oss vad vi ska träna på och hur vi ska förbereda oss inför nästa tävling. Det här är någonting som för den som har siktproblem måste fundera över. Vilka krav ska jag ha på mig när jag tävlar?

Några goda råd:

1. Ge förändringen tid att få fotfäste. GS-fällan kräver förändringar som tar tid jobba in.
2. Tillåt dig själv ett större siktområde för att du skall få fart på arbetet.
3. Lär dig att dra igenom klickern:
 - a. Hitta den draglängd där du känner dig stabil.
 - b. Öva på att jobba förbi klickern utan skjuta. En bra övning är att först dra förbi utan att skjuta för att sedan tejpa dit en klicker ovan på den riktiga så att du får dra någon millimeter till innan skottet.

Hur man kan träna kan du läsa om i artikeln om "Att dra förbi klickern" på sidan 27.

PASSA PÅ!

Gäller vid beställning på i vår webbutik 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 m² lokalyta
Webbshop dygnet runt
6 telefonlinjer
Egen katalog

Beställer du 12 st pilar av samma sort och dimension 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

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

Att dra förbi klickern?

Text: Leif Janson
Bild: Ulrika Sjöwall

Ett stort problem för oss fristilsskyttar är konsten att dra förbi klickern. Det här är ett problem som har att göra med det jag skrivit på sidan 25, sammantagna skjutproblem.

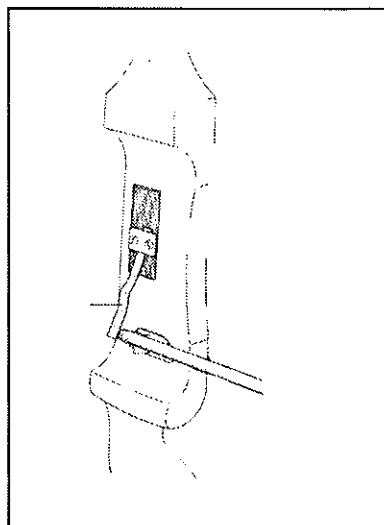
Grunden för att kunna dra exakt lika från skott till skott är naturligtvis den skjutteknik skytten har. Om man slarvar med insättningen av bågarmsaxeln, kan man kanske trycka upp eller ut bågarmen med muskelkraft. Därmed har man redan från början startat med ett problem senare när man ska dra genom klickern.

Tveksamheter vid siktningen som att det börjar kännas osäkert och ostabilt när man ska dra genom klicker. I dessa fall börjar man att trycka med bågarmen, man kanske får "kränga av skotten" på dragsidan. En förlängning som är onaturlig och är dömd att misslyckas.

I problem med att dra genom klickern med bra teknik är det helt och hållet psykologiska faktorer som stör. Beslutsamhet är det som måste till!

Att träna på

- stå på kort håll utan tavla och öva in en adekvat teknik, en teknik som passar just dig, läs mer om detta i SBF:s utbildning steg-1 och steg-2.
- sätt upp en stor tavla på kort håll, känn att du "vågar" utföra exakt



samma teknik som utan tavla.

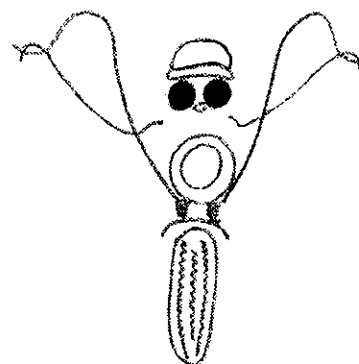
- efter hand öka kraven på dig genom att skjuta på längre avstånd eller mindre tavla, vågar du agera på samma sätt?
- tänk på att öva in en behaglig rytm.
- var nu tuff mot dig själv, ta kommandot över det som ska genomföras.
- om problemen är riktigt besvärliga kan man lägga ned ännu längre tid med korthållsskjutning, man kan också räkna i antal sekunder hur man ska genomföra skjutningen.

Många av er känner säkert igen råden ovan. Men hur många är vi som genomför den här sortens träning, när den behövs? Jag förstod väl att du slarvar med de här momenten. Men tänk nu på att genomföra bra träning under den kommande vinterträningen.

Hur ska vi ta hand om ungdomarna som har svårt att träffa?

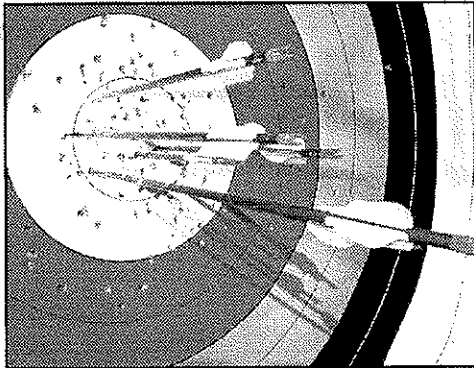
Har vi alltför dåliga kunskaper om skjutproblem? Kan det vara så att vi redan från början ställer för höga krav på skyttarna? Vi ställer ungdomarna mot varandra, därmed har vi redan från början skapat en hierarki som kan vara svårt att bryta. Om vi sätter upp jättestora tavlor som gör att många fler har bra träffar. Vi kanske också ska ha olika skojtavlor. Det finns möjligheter att med många kvar i sporten lättare lära ungdomarna hur man ska sikta och skjuta iväg skotten. Man behöver ha sina skyttar en längre tid för att få chansen att lära in rätt teknik och rätt beteenden. Kan det vara så att en av hundra som provar på bågskyttesporten slutar efter en eller ett mindre antal träningar? Vi måste vara självkritiska och verka i en bra riktning, en riktning som gör att det är kul att vara med i bågskyttesporten.

Börja med en bra inställning!



Målade tapeter av tyg

Text: Leif Janson
Bild: Mikael Svahn



Det moderna tavelbågskyttet startade i England där man sköt mot tavlor tillverkade av tyg. Dessa hade samma färger som vi nu har. I början målade man färgerna guld, rött, blått, svart och vitt på tyget.

Efter hand började man tillverka tavlorna av papper. Men det visade sig vara problematiskt därför att pappret gick sönder när det regnade. Dessutom var det så att pappret utvidgade sig i vatten. Rättvisa vad beträffar rekord kunde ifrågasättas så sent som under 70-talet. Tavlorna trycktes

också i två delar, som skarvades till en rund helhet. Skarvarnas precision och hållbarhet var ett problem.

Björn Bengtson funderade ut ett bättre sätt att tillverka, läs trycka, tavlor. Han försökte dels att utveckla tavlans material men också ta reda på om tavlorna gick att trycka i sin helhet.

Materialet blev så småningom en kombination mellan papper, plast och starka fibrer som armerade tavlorna. Tryckning genomfördes till att börja med i Italien. Men numera har Björn Bengtson AB ett eget tryckeri söder om Stockholm. Leveranser sker över hela världen och tavlorna har använts som officiella Olympiska tavlor vid ett flertal OS. Detta är med anledning av en mycket hög kvalitet i tryck och material. Några ytterligare tryckare har kopierat idén och även dessa har godkänts av FITA som tavlor att användas vid officiella världsrekordtävlingar.

Vid VM i USA 2003 hade en tillverkare en helt ny idé om hur en bågskyttetavla ska se ut. Man hade tryckt 80 cm tavlan på en mjuk plast som levererades på rulle, som en vanlig pappersrulle. Om man ville ha en tavla rullade man ut en tavellängd och rev av efter en perforerad linje. En bra idé, men tavlan var mycket svår att sätta upp mot underlaget. Dessutom var den svår att döma på samt att det var svårt att dra pilarna utan att tavlan "följde med en bit". Det sista med anledning av att den mjuka plasten "kletade fast" mer än vi är vana vid.

Tavlorna har utvecklats mycket till idag. Förbättringarna kommer att fortsätta!

SUNDSVALL-ORTVIKENS BÅGSKYTTEKLUBB TIMRÅ AIF INBJUDER TILL SUNDSVALLSPILEN.

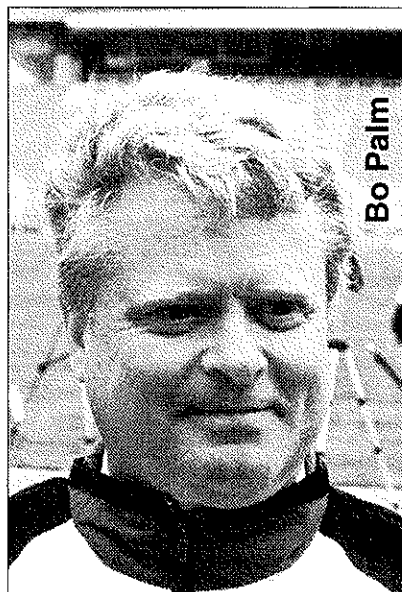
Datum: Söndagen den 17/10-2004.
Plats: Timrå sporthall (Sörbergeskolan).
Start: Klockan 10.00 uppvärmning därefter start.
Rond: FITA 18m. och SBF 12m samt 10-klass.
Klasser: Enl. SBF:s bestämmelser.
(Minst 4st deltagare i varje klass).
H-domare: Börje Jonsson.
Anm. Avg: Seniorer och Äldre 120 KR.
Juniorer och yngre 70 KR. Ingen lagavgift.
Anmälan: Senast måndagen den 11/10-2004.
Till Börje Jonsson tel: 060-616104.

E-post: borje.jonsson@bogsytte.se
Begränsat deltagarantal
på grund av utrymmesskäl.
Servering: Servering kommer att finnas.
Korv, Kaffe, Läsk, Godis mm.
Info: Övriga upplysningar Jämnas av
Börje Jonsson tel: 060-616104.

VÄLKOMNA

Missad marknadsföring igen

Text: Bo Palm
Bild: Mikael Svahn



Aterigen har Bågskytteförbundet missat en stor chans till marknadsföring av bågskyttesporten i allmänhet och fältskyttet i synnerhet. Vilket är skrämmande då vi i Sverige skall arrangera nästa Fält-VM 2006. Det jag syftar på är press-

kontakter, eller bristen på presskontakter, i samband med att Sverige blev bästa nation i Fält-VM. Det är skrämmande att kontakter inte togs med TT och andra medier då vi faktiskt fick ganska många medaljer i samband med VM i Kroatien. Ännu värre är det att det inte förrän en månad efter det att tävlingarna avgjordes kommer in som en "nyhet" på vår hemsida.

Jag förutsätter att SBF har en mediapolicy och att någon person är ansvarig för att nyheter kommer ut på vår hemsida och att de skickas till medierna. Självfallet vet jag att det många gånger är svårt att få med bågskyttenyheter i våra medier men jag är också övertygad om att ett pressmeddelande från SBF med rubriken **Sverige bästa nation i VM** hade kommit in.

Att tävlingen hölls under semestertider, eller att det var väldigt besvärligt att få tillgång till Internet är inget försvar eftersom det faktiskt fanns telefoner som fungerade i Kroatien. Dessa telefoner kunde man använt för att ringa hem till någon som kunde skriva ihop ett pressmeddelande till medierna och som kunde skrivit in det på hemsidan.

Jag hoppas att SBF offentligt i denna tidning och på hemsidan förklarar varför det inträffade och vilka förändringar det leder till inför framtiden. Jag hoppas också att våra framgångsrika fältskyttar inte ledsnar utan satsar vidare på fältskyttet fram till VM i Göteborg 2006.

Bo Palm

Genmäle av Ordf, Lars Liljenstolpe



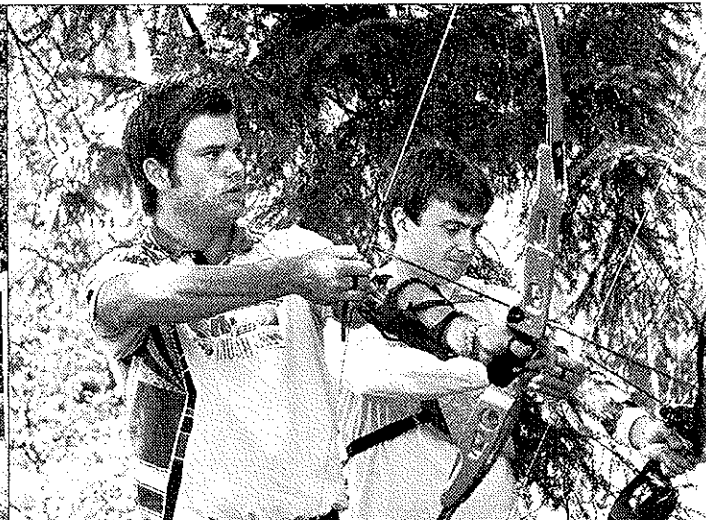
Svar på Bo Palms debattartikel:

Bäste Bosse!

Tack för Ditt inlägg – avser inte föra någon debatt med anledning av Din insända debattartikel. Den kritik Du framför är berättigad och det är beklagligt att vi missat den marknadsföring av vår sport som möjliggjordes tack vare alla våra duktiga fältskyttars resultat vid Fält-VM 2004 med Erik Jonssons VM-titel som kronan på verket.

Vi har inom SBF styrelse och vår Sportkommitté upprättat rutiner för information till media och dessa har ej fungerat under Fält-VM. Dessa rutiner kommer att aktualiseras/ ses över för att undvika en upprepning.

Lars Liljenstolpe
Förbundsordförande



Fält-SM i I

Tex&bild: Jane Andersson

I "stekande" sol, en luft som stod stilla, med myror, mygg och getingar gjorde 160 skyttar upp om medaljerna i Fält SM. Det var deltagare från Skåne och upp till Timrå.

Tävlingen var upplagd så att alla skyttar sköt 24 mål omärkt på lördagen. På söndagen bytte de banor och sköt märkt. Som jag skrev i inledningen var det varmt, mycket varmt. Myggen trivdes inne i skogen där det var lite fuktigt och getingarna i solen, särskilt där det fanns någon förtäring. Bara några veckor tidigare när vi jobbat med banorna vad det mycket blött och lerigt på vissa ställen. Då undrade jag ibland var och hur man skulle klara av att stå och skjuta. Men vädret löste det och våra duktiga banläggare Thomas och Kent fick beröm för banorna.

Det var glädjande att se flera skyttar som fortfarande tillhör 16 – klassen hävda sig bra i konkurrensen. HC 19 vanns inte oväntat av Morgan Lundin BK Gripen. Han noterade 717 poäng av 720 möjliga, tävlingens högsta

resultat. På femte och sjätte plats kom Mikael Roos Tyresö BS och Niklas Willman Karlstad BK båda 16 – klassare efter Morgan. I HF 19 lade Martin Tapper Lindome även han 16 – klassare beslag på silvermedaljen, endast 1 poäng efter guldmedaljören Mats B Andersson Lindome BK. Även Celina Hangslo bågskyttegymnasist från Sturarna knep ett silver i DK 19, besegrad av Annika Åhlund Stallarholmen med 40 poäng.

Eric Jonsson

Jag fick en pratstund med Eric Jonsson från Rembo. Passade på att följa honom under några av målen där jag var ansvarig domare. Eric som är en mycket duktig klassisk skytt med många fina meriter bakom sig var nu anmäld i fristilsklassen. Jag hade hört ett rykte att han bytt stil pga. stor guldskräck. Eric sa att det inte var anledningen. Han har inte mer GS än någon annan klassiker har sa han. Jag tror att fristil är en utmaning för honom. Kan någon nå större framgångar än

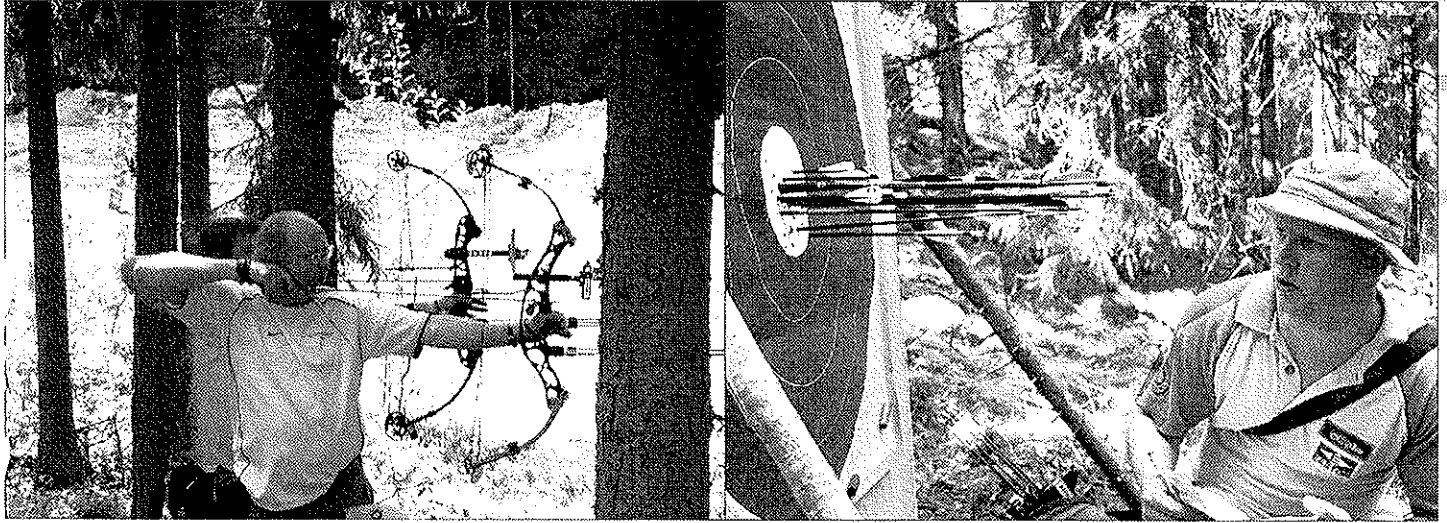
han redan gjort? Eric sa faktiskt att när han skjutit fristil ett tag hade han nytta av det i sitt klassiska skytte.



Erik Jonsson, Rembo IK

Var nyfiken på vad han haft för förväntningar inför detta SM. Det var att komma bland de åtta första, Eric blev 6:a och var nog ganska nöjd med det tror jag. Den här gången var det ingen som förväntade sig att han skulle vinna. Det var skönt att inte ha några krav på sig från omgivningen sa han.

Eric kommer att skjuta klassiskt några år till och går sedan troligen över till fristil. Jag frågar om han har OS i tankarna, men det säger han att han inte har. Personligen tror jag att han vill se hur långt han vill komma, men han vill själv sätta målen och ha egna förväntningar utan att känna kraven från oss andra.



Eskestuna

För att en sådan här tävling ska bli lyckad behövs det en bra organisation. Tävlingsledaren Leif Danielsson har med många duktiga medarbetares hjälp lyckats med tävlingen. Det var så sent som i början av maj som vi i EBS åtog oss arrangemanget.

Istället för följdpriser skänkte vi 3.000:- till ungdom bredd.

Före prisutdelningen uppvaktades flera duktiga skyttar som under sommaren tagit medalj på olika landslagsuppdrag. Skyttarna fick ta emot en blomstercheck av SBF:s ordförande Lars Liljenstolpe.

Vi vill från EBS ännu en gång tacka våra gäst- domare Micke Sandberg Tyresö, Kenneth Grundblad och Inger Gustavsson Strängnäs.



Resultat segrare/klass

Klass			Omärkt	Märkt	Totalt
DC19	Ulrika Sjöwall	Älvenäs BK	351	350	701
DF19	Elin Kättström	Finspångs BSK	329	317	646
DK19	Annika Åhlund	Stallarholmens BK	280	303	583
HC19	Morgan Lundin	BK Gripen	358	359	717
HC40	Kenneth Andersson	BK Friskyttarna	351	343	694
HC50	Bosse Eriksson	Karlstads BK	333	338	671
HC60	Torsten Åkerblom	Nynäshamns BK	333	339	672
HF19	Mats B Andersson	Lindome BK	332	327	659
HF50	Leif Andersson	BK Göta Lejon	286	280	566
HF60	Klas Vängman	IF Karlsvik	315	301	616
HK19	Martin Ottosson	Västerviks BK	338	326	664
HK40	Hannu Hosio	BS Gothia	310	286	596
HK50	Stig Bergström	Nyköpings BK	279	277	556
LB	Jan Sidén	BSK Uven	283	262	545

Magnus Petersson,

- så här skjuter jag!

Magnus Petersson, född 1975 och skjutande för Lindome BK har under många år varit helt tongivande i den svenska bågskyttevärlden. Med tre Olympiska spel och två individuella VM-guld bakom sig finns här massor av erfarenhet och en visshet om att nästan inget kan lämnas åt slumpen. Att ständigt vara i utveckling kräver mycket kunskap, bra ledare och en god portion självkänedom. Här berättar han i en ganska utförlig artikel om sitt sätt att skjuta och resonera.

- Beskriv din skjutteknik.

- Jag strävar efter att göra det så enkelt för mig själv som möjligt. - Det skall vara så energimässigt effektivt det jag gör och det skall framför allt inte var ansträngande att skjuta. - Jag vill inte leta efter en massa lägen utan det skall gå av sig självt. - I detta mitt utvecklande har Tomas Johansson och Göran Bjerendal varit nyckelfaktorer.

- Hur lägger du fingrarna mot strängen?

- För att ta det hela från början lägger jag strängen i första leden räknat från fingertopparna. - Pekfingret är bara med som stöd och för att få en stor kontaktyta med strängen. - Jag har ingen "föröppning" av fingrarna i uppdraget utan jag behåller samma krok hela vägen.

- Hur jobbar du förbi klickern?

- Det sätt jag skjuter på är en ständig process, jag skjuter inga skott till klickern, utan jag drar



förbi. - Fram till min "ankring" är allt en förberedelse och det är först då som mitt skott börjar. - Jag kan inte ha full koncentration från det att jag ställer mig på skjutlinjen tills det att pilen sitter i tavlan utan det börjar i min ankring, då är jag fullt koncentrerad.

"Min bågarmssida är helt stilla mot tavlan medan min dragsida expanderar rakt bakåt i pilens förlängning."

- Hur ser ditt "arbete" ut?

- Jag försöker att dela kroppen i två halvor uppifrån och ner, på min vänstra halva dvs på bågarmssidan, jobbar jag mentalt mot tavlan och är helt stilla.

- Högerblocket, om jag får uttrycka det så, expanderar rakt bakåt i pilens förlängning.

- Man kan säga att jag mer expanderar rakt bakåt än vad jag roterar runt axelleden.

- En tanke som etsat sig fast hos mig kom när jag och Tomas var iväg till Australien. Den tränaren man hade där sa att du skall inte tänka så mycket utan låta bågen vara ifred. - Du är ett verktyg för att bågen skall få skjuta iväg pilen så opåverkad som möjligt. - Jag har alltid fått höra att jag skulle sträcka på mig men hur tolkar man det och vad menas med det, är det att skjuta ut bröstkorgen? - Något som Göran sa fick mig att ta till mig den informationen så att den passade mig.

- Han sa: "tänk dig att du fäster ett snöre mitt på huvudet och sedan drar i det rakt uppåt, då har du sträckt dig".

- Det här är svårt att beskriva, tänk om alla var lika i kroppen.

- Även den mentala statusen gör att du jobbar på ett visst sätt.

- Beskriv ditt avdrag.

- Just när klickern har gått ligger jag fortfarande med "jobba förbi klickern" i tanken. - Här har jag en av mina triggers och som jag tar till om det visar sig att mina träffbilder börjar öppna sig och jag märker att jag sackar lite på bågarmssidan. - Min tanke är då att strängen skall öppna mina fingrar och inget annat. - Jag "ritar" ett sträck från kinden och rakt bakåt ut genom pilen när jag faller ur min skjutning och träffarna går isär. - Jag vill inte forcera skottet med kontroll. - Med hjälp av muskelminnet kan jag under grundträningsperioden

plocka bort den ena kontrollpunkten efter den andra. - Det är så jag jobbar under grundträningsperioden när jag vill göra förändringar eller säkerställa min teknik och det är då jag har många kontrollpunkter, förklarar Magnus.

- För mycket medveten kontroll leder dock förr eller senare till att skjutningen fallerar.

- Har det någon betydelse åt vilket håll båg/dragarmen tar vägen efter skottet?

- Absolut!, säger Magnus med eftertryck. - kroppen och hjärnan vill alltid göra det enkelt för sig och i det ligger också beteendet att gå händelserna i förväg. - Det leder till att om man har en rörelse i tex bågarmen kommer den rörelsen förr eller senare att starta allt tidigare. - Om det inte var så skulle vi inte ha något som heter GS, där blir man ju inte bara rädd för något som komma skall utan också för det som är nu.

"- Det här att skjuta en tia och inte veta hur det gick till funkar inte hos mig."

- Kan du känna om det var ett bra skott och hur känns det?

- Ja visst kan jag känna det men det är svårt att förklara. - Det gäller att skilja på bra skott och bra träff, där är det lätt att lura sig. - Jag kan vara missnöjd med mitt genomförande av min skjutning och ändå ha skjutit 590p. - I bågskytte får du genast feedback på det du gjort och det är en väldigt tillfredsställelse med ett perfekt skott. - Jag har nu sagt att inte ha för mycket kontroll utan bara låta kroppen göra men samtidigt vill jag ha en viss kontroll. - Det här att skjuta en tia och inte veta hur det gick till funkar inte

hos mig. - Jag vill veta precis vad som händer, om jag skjöt en tia och inte visste hur jag gjorde...det vill inte jag. - Man måste skapa det som är bra för att kunna skapa det vid rätt tillfälle.

- Hur har din skjutteknik utvecklats med åren?

- Den har blivit med säker. - Om jag går tillbaka två olympiader sedan var inte min skjutning av samma kaliber som den är i dag. - Sedan har ju min "ryggsäck" av erfarenheter stärkt mig. - Mycket av det som hänt på materialsidan har också bidragit, den bakåtbyggda stocken och de nya GT-lemmarna som både är snabba och stabila är ett par exempel.

- På pilsidan har det inte hänt så mycket, tungstenspetsen som gjorts tyngdpunkten hos pilen flyttats framåt är bra och att spetsarna idag inte böjs i samma utsträckning som förut.

- Hur kommer din skjutning att utvecklas?

- Den kommer att bli enklare och rent muskulärt mer kostnads-effektiv, mindre styrka för att skjuta skotten. - under grundträningsperioden börjar jag med många kontrollpunkter för att sedan efter hand plocka bort allt fler och låta muskelminnet ta över. - Jag tränar alltid styrketräning, en tränad muskel transporterar bort mjölksyra bättre och den har bättre förutsättningar att hantera stress och värme. - Sedan stärker det ju självförtroende att vara vältränad. - Nu tränar jag inte så mycket som jag kanske borde eftersom jobbet och familjen och tar sin tid.

- Var ligger begränsningen i att nå 1400 poäng?

- För mig blir 1350 nästa poängnivå att stabilt hålla mig över, idag

skjuter alla 1300p. - Jag tror det gäller att inte göra saker svårare än de behöver vara och att det är personen som är den svaga länken, inte materialet.

- I Korea har man ett helt annat upplägg på sitt bågskytte och får sägas har ett försprång. - Jag hörde att de har ett per hundra skyttar som alla skjuter över 1300p och ur alla dessa är det förstas lättare att plocka världsstjärnor. - Vi som skjuter mera på "hobbynivå" måste försaka en väldig massa saker vilket också ligger med oss när vi skall prestera. - I Korea har man som landslagsskytt hela sin sociala trygghet klar. - Den satsning som Sveriges Olympiska Kommitté har gjort där OS-skyttarna får ett litet bidrag för att kunna träna mer är helt i rätt riktning. - Men bidraget är fortfarande under existensminimum vilket gör att det inte går att leva på.

- Hur mycket av bågskyttet handlar om teknik och hur mycket handlar om psyket?

- Inget fungerar utan det andra men ett bra psyke kan kompensera mycket medan bra teknik inte kan kompensera för ett dåligt psyke.

- Hur siktar du?

- Absolut i mitten hela tiden. Om det blåser och jag siktar på någon annan punkt siktar jag bara mot den punkten. - När det gäller riktmedel har jag nu en glasskiva med en punkt på. - Sedan kan jag justera diametern på sikthuset så att jag därmed får en grovriktningsyta där jag tydligt kan se om jag kommer utanför i höjd och sidled.

- Man kan fråga sig hur stor betydelse riktmedlet har och tittar man på hur siktet utvecklats för compoundskyttarna är det inte svårt att förstå hur stor betydelse det har även för fristilsskyttet.

”- Triggers är helt nödvändiga för min skjutning, utan dessa hade jag inget att bygga på.”

- **Skjuter du snabbt?**

- Nej det kan jag inte säga men jag försöker skjuta fortare för att vara mer energieffektiv. Samtidigt måste jag ju vara redo för skottet. – Nu vet man också att graden av koncentration varierar som vågor på vattnet. – Mellan varje koncentrationstopp tror jag att det är 8 sekunder och när vi känner

att nu är jag redo att skjut mitt skott då är jag förmodligen också i fas med dessa intervall. – Sådant är bra att veta.

- **Är det bra med triggers och hur kan en sådan se ut för dig?**

- Triggers är helt nödvändiga för min skjutning, utan dessa hade jag inget att bygga på. – Det gäller att leda in kroppen på rätt saker, till exempel bågarmen. – För mig är det så att ibland när jag jobbar bakåt på dragsidan böjer jag bågarmen lite och då går inte all energi rakt ut i bågen. – Då kan man lätt tappa 20 poäng på en 70 meter.

- **Hur nervös brukar du var i en stor final?**

- Jättenervös!, säger Magnus och det verkar bara bli värre med åren. – Det bror ju förstås på att jag nu vet mer om vad som krävs för att jag skall få betalt som jag förtjänar. – Jag försöker att tona ner aggressiva känslor, som bågskytt kan jag inte reagera som en 100-meterssprinter.

- **Hur ser det ut i din träningsdagbok den här veckan?**

- Den är helt tom, säger Magnus – Nu när man blivit pappa är det andra saker som går före, avslutar han.

**Prenumerera på Tidskriften Bågskytten!
225:- kr för 10 nummer inkl. 2 dubbelnummer
PG: 37 90 05 - 2, Tel: 0143-125 05**

FITA-flaggan i Göteborg

Text & bild: Bo Palm

I samband med fält-VM i Kroatien deltog en delegation från Göteborg bestående av Mikael Boberg, Lennart Mattsson och Bo Palm. Det fanns två syften med deltagandet. För det första ville vi se och lära oss hur ett arrangemang av denna kaliber fungerar bakom kulisserna. För det andra skulle vi göra en presentation av vårt arrangemang i syfte att locka så många som möjligt till VM i Göteborg 2006.



Fr. v.: Bo Palm, Jim Easton, Mr Mauser

Vi kom ner till Kroatien på söndagen efter två övernattningar på vägen ner och möttes av fantastiskt fint väder och en mycket vacker park med massor av vattenfall och sjöar. Efter incheckning på våra rum påbörjade vi vårt studiebesök direkt genom att se till att bli ackrediterade. Vi blev väldigt bra mottagna av organisationen som lovade oss all hjälp som vi kunde behöva under tävlingen.

Efter ackrediteringen deltog vi på möte med alla lagkaptener. Mötet som vi ansåg låg en dag för tidigt, eftersom alla lagen ännu ej kommit på plats, var väl ingen höjdarkänt utan bestod mest av inläsning från ett papper. Innehållsmässigt var det mycket av självklarheter som man lika gärna kunde läsa sig till. Fanns heller inget utrymme till att få svar på eventuella frågor vilket kändes lite konstigt.

Dag två bestod sedan av den officiella träningen som var bra arrangerad även om säkerheten kändes lite åsidosatt då det i skjutriktningen fanns en restaurang. Om det hade blivit studs på buttkanten så hade restaurangen inte varit helt säker att sitta på. Senare på kvällen genomfördes den officiella invigningen som var fint arrangerad men som tog alldeles för lång tid enligt såväl skyttar som ledare.

Tävlingarna som sedan började på tisdagen och onsdagen med kval var förlagda i naturen runt omkring sjöarna utan möjligheter för publik att se någon av de tre banorna då det inte fanns några publikmål. Det fanns inte ens möjlighet för tränarna att se sina skyttar ute på banorna vilket var riktigt dåligt. En annan sak som var väldigt dåligt var att det helt saknades toaletter ute på banorna vilket medförde att många tjejer drack alldeles för lite vatten. Vid

elimineringarna blev det inte bättre avseende toaletterna men nu hade man fått till ganska många mål som kunde ses av såväl publik som tränarna.

Finalskjutningarna arrangerades dock på förnämliga banor för publik.

Kort sagt tävlingsdelen fungerade bra med väldigt bra under såväl lagtävlingarna som de individuella finalerna. När det sedan gick bra för Sverige så var det extra roligt. En sak som emellertid inte var bra var att man höll tiderna väldigt dåligt och att tiderna ändrades med kort varsel i förhållande till det program som man gick ut med inledningsvis.

Vår presentation

Efter massor av flyttningar såväl mellan olika dagar som mellan olika tider blev det dags för vår presentation. Vi hade kalkylerat med max 100 deltagare men när presentationen väl skulle börja så var det uppskattningsvis strax under 200 deltagare i lokalen. Detta var väldigt många om man jämför med presentationen av EM 2005 som var några dagar innan då det kom knappt 100 deltagare. Vi bjöd på dryck, "snittar" och lite snacks innan själva presentationen.

Per Edling inledde med att presentera Göteborgsdelegationen och programmet och lämnade sedan över mikrofonen till Petra Ericsson som på väldigt bra Engelska gjorde en bra muntlig presentation innan och mellan de två filmerna som visades. Dels var det ett bildspel som presenterade tävlingsplatserna dels en film som presenterade Göteborg. Efteråt delades det ut pins, broschyrer och affischer. Efteråt var det många länder som kom fram och

sa att det var en proffsig och bra presentation.

Flaggan överlämnades

Efter finalskjutningarnas avslutning och alla prisutdelningar genomfördes sedan avslutningsceremonin som bestod av tal från organisationskommitténs ordförande Mr Mauser och FITAs ordförande Jim Easton.

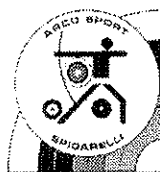
Därefter halades flaggan och överlämnades från Mauser till Easton som därefter överlämnade flaggan till Sverige med lyckönskningar om ett bra arrangemang i Göteborg 2006.

Bo Palm övertar FITA-flaggan från FITA:s ordförande Jim Easton medan MR Mauser står i bakgrunden och ser glad ut.

Senare på kvällen efter avslutningen genomfördes en avslutningsbankett som kanske inte var den mest optimala men troligen hade flera väldigt roligt till väldigt sent åtminstone om man skall bedöma alla gäspningar kring frukostbordet innan hemresan.

Avslutningsvis vill vi från Göteborg tacka hela det svenska laget för en trevlig samvaro under denna tävlingsvecka. Vi konstaterade även under hemfärden att vi kommer att ha stor nytta av denna studieresan inför vårt arrangemang 2006.

ARCO SPORT SPIGARELLI S.N.C.



Spigarelli compoundsikte "EVO"

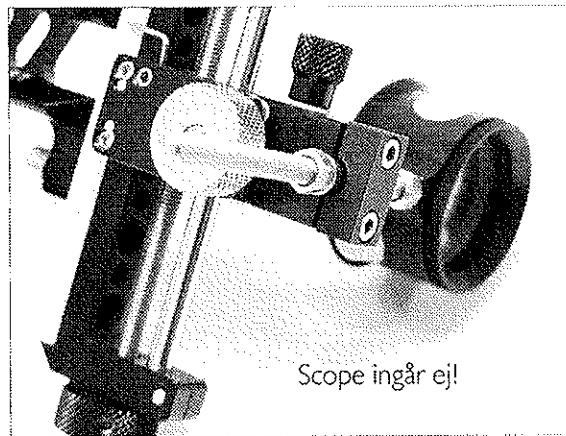
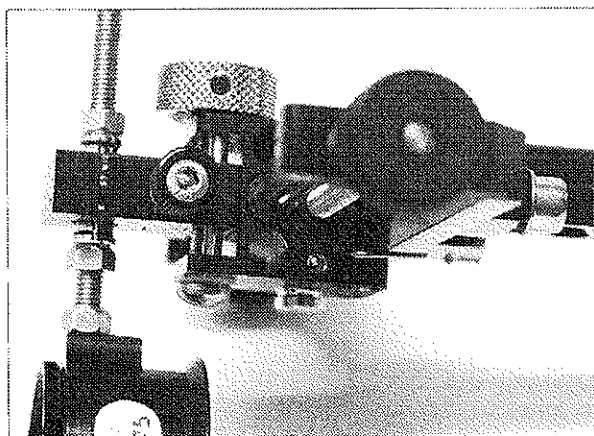


**Mycket välgjort
compoundikte - för den
krävande skytten!**

Vikt: 270gram
Mått: 28 x 13,3 x 3,8cm
Scopegänga: 10/32"
Snabbjustering: Höjddled
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

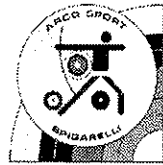
SWEDEN

Box 8085
650 08 Karlstad

054-53 31 10
Butik på nätet www.labo.se

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

ARCO SPORT SPIGARELLI S.N.C.



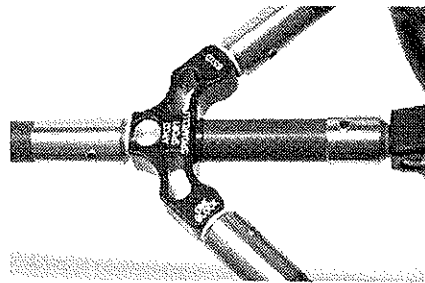
V-Bar Spigarelli med snabbfäste



NYHET
2003

Första V-baren med Integrerat snabbfäste

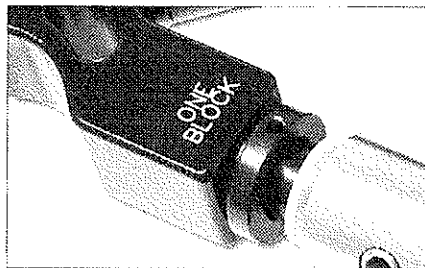
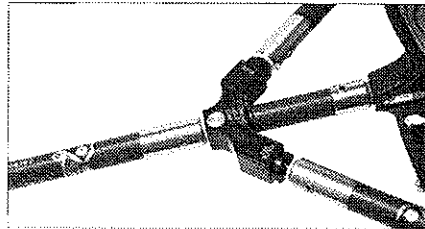
Vikt: 65 gram
Mått: 8,5 x 4,2 x 1,8cm
Vinkel sidled: 85 °
Vinkel höjdlid: 0 ° eller 15 °
Vårt art. nr 2283
Pris: 445:-



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 höjdlid: 0 °
Vårt art. nr 2282
Pris: 595:-



DU HAR VÄL SETT DE NYA PILPRISERNA!

LABO IMPORT AB

SWEDEN

Box 8085
650 08 Karlstad

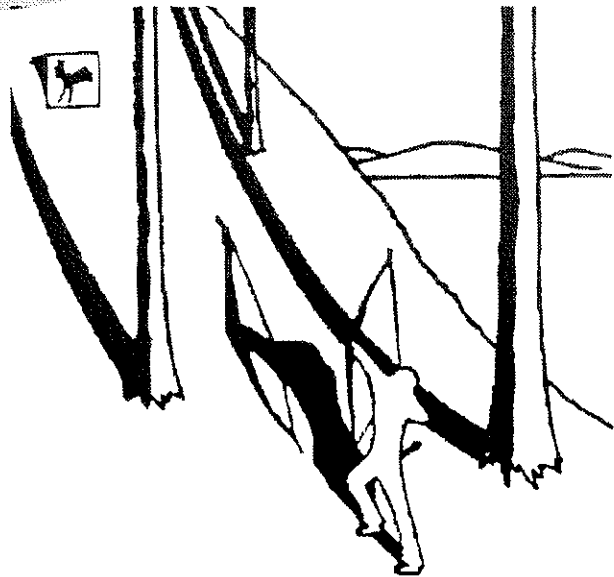
054-53 31 10

Butik på nätet www.labo.se

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

Att bedöma avstånd

Text & Bild: Mikael Svahn



Förmågan att träffa rätt, kasta en sten, ett spjut eller att skjuta iväg en pil är inte längre en nödvändig färdighet som det var från början. Men jag vill nog påstå att den ingår som en av de egenska-per som spelat roll för människans överlevnad.

Förmågan att träffa utan att man egentligen vet exakt hur har för många bågskyttar, med alla tekniska hjälpmedel, försvunnit. Själklart är det också så att kravet på precision ökat vår beroende av förfinade hjälpmedel, det räcker inte att i tävlingssammanhang träffa ungefär i mitten. Fast jag undrar hur långt vi skulle komma med "bara" den nedärvda förmågan om inget annat var tillåtet.

Nåväl. Olika metoder att bedöma avstånd har funnits länge, det är först på senare år som det också blivit tillåtet att använda dem.

Här följer en översättning av "Fita Field Archery Guidelines":

Matematisk metod

De säkraste metoderna är baserade på geometriska koncept och de flesta är också baserade på Thales Teorem. Detta säger att om man vet avståndet mellan det dominerande ögat och det man mäter avstånden med t. ex siktringen eller pilhyllan samt storleken på projektionen av det du mäter med (så som du ser det på tapeten), då kan vi räkna ut avståndet till målet.

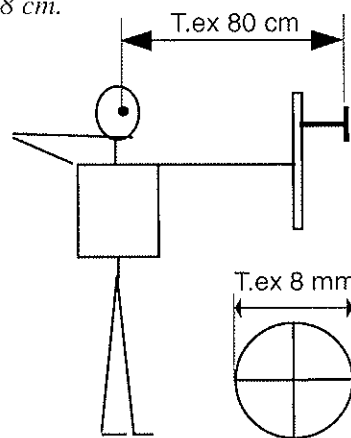
För att slippa matematiska uträkningar när du skall skjuta gäller följande princip:

Steg för steg

1. Se till att storleken på till exempel siktringen är exakt en hundraedel av avståndet mellan ditt dominanta öga och siktringen då blir avståndet (i meter) till tavlan lika med projektionsstorleken i centimeter av siktringen (som du ser det mot tapeten) gånger 100. Se bild a/.

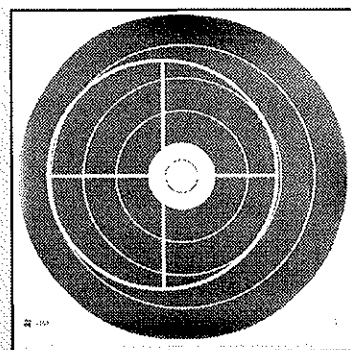
Om du till exempel har 80 cm från ögat till siktringen, se då till att du mäter med något som är 0.8 cm.

Bild a/



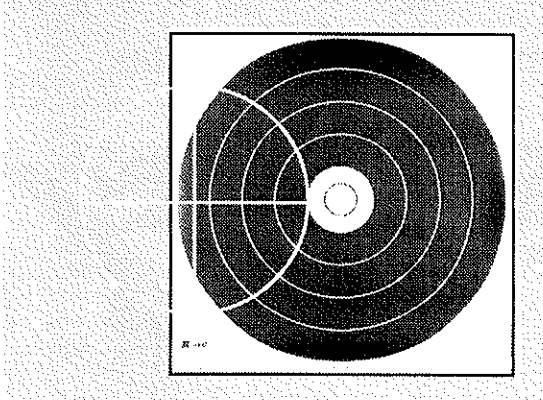
Fortsättningen av resonemanget förutsätter att du vet tapetstorleken.

2. Om du siktar mot en 80:a på 55 meter (d.v.s max för fristil) kommer siktringen enligt nedan att täcka halva tapeten + en poängzon + nästan en hel poängzone till. Eftersom det antal centimeter som din sikt-ring täcker på en 80:a är lika med antalet meter till tapeten blir ovanstående exempel: Halva tapeten = 40 cm + en poängzone på 8 cm + nästan en poängzone till, dvs 7 cm = 55 cm = 55 meter.

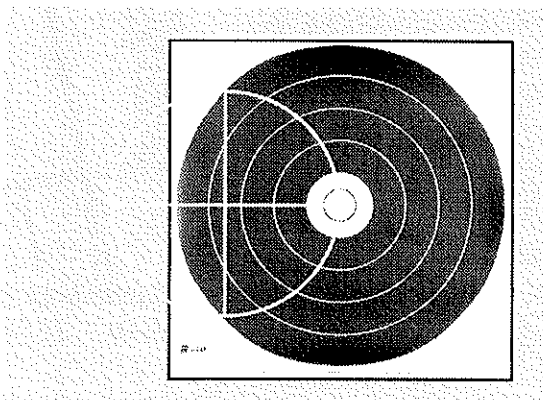


Fler exempel:

1. Din siktring täcker 4 poängzoner + en halv poängzone på en 80:a = $8+8+8+8+4 = 36$ cm = 36 meter.



2. Din siktring täcker halva tapeten på en 60:a + en poängzone = $30+6 = 36$ cm = 36 meter.



som nybörjarmetod, de små avvikelser som finns är mycket svåra att se.

Sätt upp en 40 cm tapet på butten och skjut in avstånden 15, 20 och 25 meter. Om du sätter scoopet/siktringen i vänsterkant på det svarta, hur långt in på tapeten hamnar din riktpunkt? När du har bilden klar för dig på dessa avstånd blir förhållandet det samma på de övriga tapet storlekarna.

Exempel

1. Bilden med ditt scoop och hur långt in på tapeten som din siktpunkt hamnar vid 15 meter på en 40:a överrensstämmer nästan till 100% med 25 meter på en 60:a och 35 meter på en 80:a.
2. Bilden med ditt scoop och hur långt in på tapeten som din siktpunkt hamnar vid 20 meter på en 40:a, överrensstämmer nästan till 100% med 30 meter på en 60:a och 40 meter på en 80:a.
3. Bilden med ditt scoop och hur långt in på tapeten som din siktpunkt hamnar vid 25 meter på en 40:a, överrensstämmer nästan till 100% med 35 meter på en 60:a och 45 meter på en 80:a.

Kvar att bestämma blir avstånden 50 och 55 meter på 80:an, samt 20 meter på 60:an.

Visuell metod

Nedanstående metod är inlämnad av Kenneth Andersson i BK Friskyttarna och stämmer väldigt bra

Svealands?

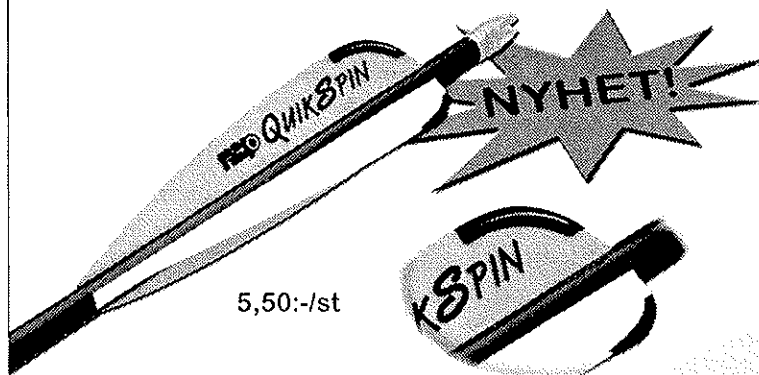
Vasapilen var arrangör för årets Svealandsmästerskap i jakt och fält på den av förbundet rekommenderade tävlingsdagen. Det var dålig uppslutning, många klubbar uteblev helt även några av de större. En klubb, representerad i förbundsstyrelsen, hade lagt sitt KM på sin bana denna dag. Men vi i Vasapilen är tacksam och glad för alla skyttar och medföljande som kom till Lumsheden och gjorde att det ändå blev en fin tävling. Nästa år försöker vi igen i början av september. Välkomna då till den 45:e Vasajakten. Vasapilen Svärdsjö IF.

Vi stödjer Svenskt Bågskytte!



BågJaktskatalogen

Intressant även för den vanlige bågskytten



5,50:-/st

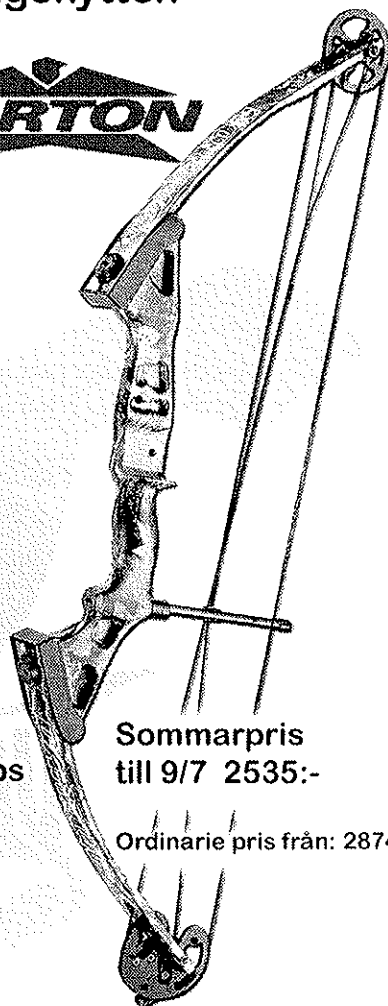
Quik Spin, en unik konstruktion från NAP.

Den har en "spoiler" som ökar pilens rotation med 300%.
Ena sidan av fenan är försedd med micro räfflor för bättre aerodynamik som ger en flackare pilflykt.
Finns för närvarande endast i 4".

Darton Cadet

En båge för de yngsta
Justerbar mellan 15 - 45 lbs
Draglängd 19 - 26 tum.
Axel-Axel 32 3/4"
Stränghöjd 6 1/4"
Vikt 2,8 lbs

DARTON

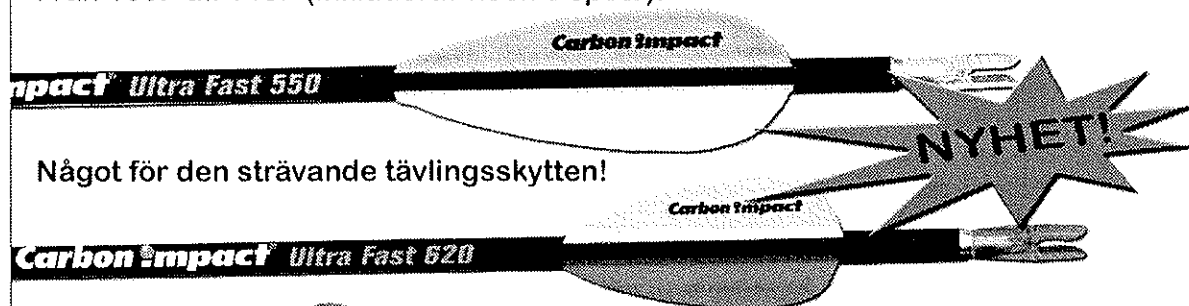


Sommarpris
till 9/7 2535:-

Ordinarie pris från: 2874:-

ULTRA FAST LT

Ett helt nytt skaft från Carbon impact.
För utmärkt resultat, med extreme precision.
Från 100:- till 145:- (inkluderar nock o spets)!



Något för den strävande tävlingskytten!



PRODUKTER AB

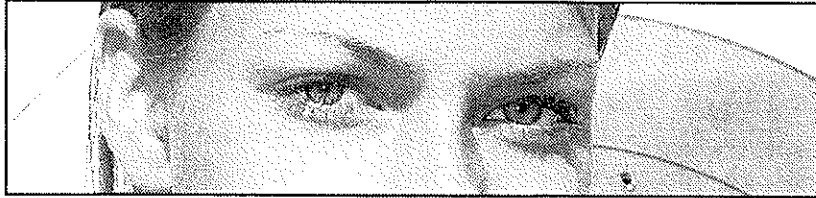
Svedbergsgatan 21, 913 31 Holmsund

Mobil: 070-6439986 Fax: 090-40028 www.ilprodukter.se

LANDSDELSMÄSTERSKAPEN

Text & bild: Mikael Svahn

Rekordförsök vid Götalands



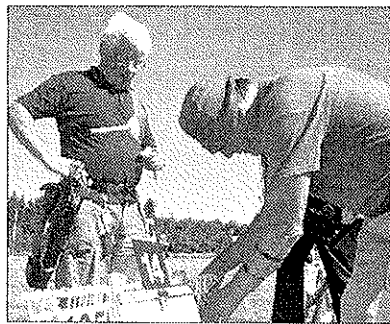
Sara Boberg attackerade svenska rekorden

Götalandsmästerskapen i Tavla blev i år en välorganiserad, men som sagt, fåtalig historia. Ett 70-tal deltagare hade letat sig fram till Motala bågskytteklubbs anläggning i Fålahagen där ändå en hel del namnkunniga skyttar gjorde upp om medaljerna.

För Sara Bobergs del i DC16 var uppgiften klar redan innan tävlingen, nu var det sista chansen att slå de svenska juniorrekorden. Och det började bra, 345p på den in-ledande 70-metern men sedan tog det "stop". Segerresultatet skrevs dock till 1355p och klubbkompisen Caroline Johansson var inte långt borta med sina 1349p. Även hon sköt svenskt

rekord på andra avståndet med 345p.

Mer om Sara Boberg, som egentligen inte gått tomhänt från ett internationellt uppdrag mer än två gånger, i nummer 10 av Tidskriften Bågskytten.



Här är det Arne Hautamäki och Reino Lethonen som justerar poängen. Enligt egen utsaga var det Reino som pratade och Arne som sköt...eller var det tvärt om?

Rädda skogsskyttet i Norrland

Text: Gullimar Åkerlund

När Norrlandsmästerskapen genomfördes i Stocka deltog endast 15 skyttar.

Norrland som kan tyckas vara fyllt med skog och skulle vara idealiskt för skogsskytte har tyvärr nu hamnat under 100 starter totalt under hela säsongen. Många man frågar som inte tävlar i denna disciplin tycker att det är för svårt och är rädda om sina pilar.?!?!?

Resultat: www.bagskytte.se

Svealands i Sigtuna

Text: Andreas Hedberg

På denna tävling slogs inte mindre än 14 olika svenska rekord!!! Dessutom tangerades 3 andra Svenska rekord. Av de som utmärkte sig mest var junioren Mikael Roos från Tyresö BS me300 poäng på både 30m och 20m och Ingrid Olofsson från BSK Sturarna.

Karlstads Bågskytteklubb inbjuder till

SOLSTAPILEN

söndagen den 24 oktober 2004

- Plats:** Våxnäshallen, vägvisning från E18.
Värmning: 09.15
Start: 10.00
Rond: FITA & SBF 18 och 12 m, lagtävling.
Avgift: Seniorer 120 kr, juniorer och lag 70 kr.
Anmälan: Senast lördag 16 oktober till Peter Holt 0552-100 35 eller peter@holt.se
Servering: Korv, smörgåsar, kaffe, dricka.

OBS!!!
 –begränsat deltagarantal.

VÄLKOMNA!

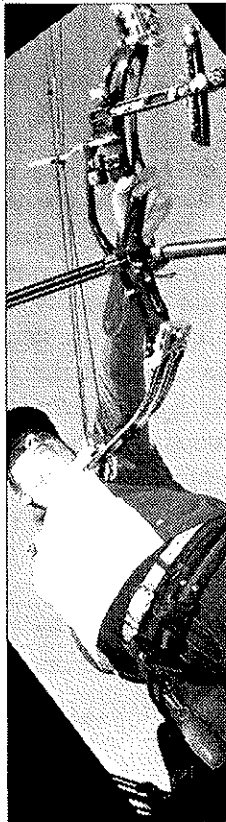
Karlstads Bågskytteklubb

(Genom anmälan godkänner deltagare nampublicering på Internet)

Tavel-SM

- vi rodde i alla fall hem det!

Text: Mikael Svahn, Bild: Jari Hjerpe



25 skyttar bröt när tavel-SM avgjordes i Borås i början av juli. Kraftiga vindar och ösregn ställde till det rejält för skyttarna, av de som ändå trotsade vädrets makter lyckades en del med konststycket att skjuta svenska rekord, hela 7 stycken.

- Med tanke på vädret blev det hela en aning tungarbetat, säger Tommy Söderhagen från arrangörsföreningen. - Det regnade konstant från torsdag till söndag, det blev en decimeter lervälling och fältet blev ungefär som när man skall odla ris.

- Vid något tillfälle stod min fru i tältöppningen till kafeterian och tittade på två herrar som samtalade med varandra en god stund.

- Sedan gick de åt var sitt håll och skorna stod kvar, det säger en del om förhållandena.

- I övrigt fungerade det bra, TV var där på söndagen och verkade också nöjda med det dom fick. Reportaget har visats på Viasat.

- Vi hade över 200 deltagare vilket var helt ok. - Nu skall föreningen vila ett tag sedan kommer den innetävling i oktober som vi brukar ha. - Själva SM-arrangemanget var jobbigt och ganska rörigt med en hel del avanmälningar. - Det var ju också vårt andra SM på raken.

- Jag måste till slut få sända ett stort tack till en kille från norrland som anlände tidigt på fredagen, med sig hade han ett tält som han skulle kampera i utanför vår klubbstuga. - Vi försökte med alla medel få honom att sova inne i stugan men inte, han skulle testa sitt tält. - Innan och mellan tävlingarna hade han inte så mycket att göra så han hjälpte oss och bar buttar och annat, det var guld värt, avslutar Tommy.

Svenska rekord

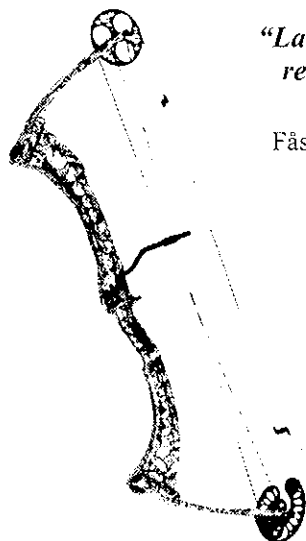
Klass	Namn	Klubb	Ant	Resultat
DF16	Petra Larsson	BK Fjädersn	8-delen	160
DK19	Asa Johansson	Grimslövs AIF	Kvart/semi/final	88/93/96
DK50	Carin Beije	IF Ulvarna	Kvart/semi/final	80/01/95
HC40	Jari Hjerpe	BK Sturarna	16-del	175
LB	Leif Söderberg	Stocka	Kvart/semi/final	94/88/87
LB	Tomas Jakobsson	Stocka	8-delen	135
HK19	Lennart Andersson	Vetlanda BSK	Kvart/semi/final	90/97/105

AR
ARCHERY RESEARCH

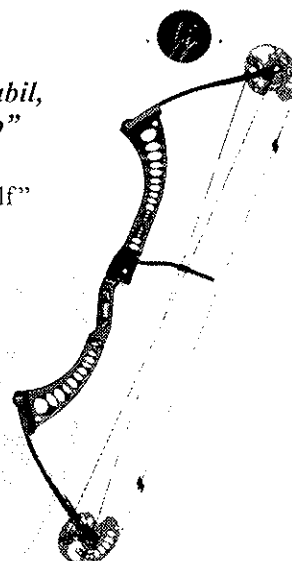
"Lav vægt, lige nockvandring, ekstrem stabil, rekylfri, hurtig og med ergonomisk greb"

Dette er standard på alle AR-buer.

Fås nu også med Hybrid Cam "Ram and a Half"



Priser fra
DKR 5.550,-



For nærmere information, kontakt venligst Magnus Carlsson tlf. 070 6712346

Ørbækvej 6
DK-7330 Brande
Tlf. 97 18 33 56
www.baldursbogenskyt
å AIF.



Svenska Bågskytteförbundet

inbjuder härmed till

Serietävling i Korrespondensform 2004

Lagtävlingar omfattande:

Fristil;	3-skyttelag 18 meter, 40 cm tavla.
Klassiskt;	3-skyttelag 18 meter, 40 cm tavla.
Compound ;	3-skyttelag 18 meter, 40 cm tavla. (Mot inertia)
Compound klassiskt;	3-skyttelag 18 meter, 40 cm tavla.
Långbåge;	3-skyttelag 18 meter, 60 cm tavla.

Tävlingen startar den 25 oktober 2004.

Tävlingstiden är över måndag till söndag i veckorna 44,45,46,47,48,49,50.
Serieindelning med 8 lag i varje seriegrupp, om tillräckligt antal lag finns.

Redovisning till seriekommittén efter varje omgång. Redovisningen skall vara Svenska Bågskytteförbundet tillhanda SENAST måndag efter omgången. Korren skickas ut på anmäld E-postadress till varje klubb. Utöver detta finns resultaten på hemsidan, www.bagskytte.se
(Endast slutresultat skickas till klubbarna per post).

I anmälan skall Ni meddela vem som är kontaktombud/E-postadress i Er förening.

Anmälningsavgift: 190:- per lag. Inbetalas samtidigt som anmälan till PG. 19 44 53-7, Svenska Bågskytteförbundet.

Sista anmälningsdag; 15 oktober 2004.

Vi kommer sedan till anmälda föreningar snarast att sända ut tävlingsregler och serieindelning.

*VI HÄLSAR ALLA VÄLKOMNA TILL
2004 ÅRS ALLSVENSKA HÖSTSERIE.*

Svenska Bågskytteförbundet

inbjuder härmed till

JUNIORSERIE

INOMHUS HÖSTEN 2004

Tävlingsklasser: Alla i C-, CK-, F- och K.

Tävlingsrond: 16-klasserna - 18 meter, 30 pilar mot 40 cm tavla.
13-klasserna - 12 meter, 30 pilar mot 40 cm tavla.
10-klasserna - 12 meter, 30 pilar mot 60 cm tavla
(C-13 och C-16 mot inertia)

Tävlingen omfattar 5 ronder varav deltagarna får tillgodoräkna sig de fyra bästa i den slutliga resultatlistan.

Tävlingsstart VECKA 46, 2004 (8/11 -14/11) samt därefter vecka, 47, 48, 49, 50.

Tävlingstid: Måndag - Söndag.

Skjutna resultat SKALL redovisas till Svenska Bågskytteförbundet seriekommitté senast måndag efter skjuten omgång.

AVGIFT; Klubbavgift 70:-, 6:-/start per omgång och skytt. (Räkning skickas ut efter avslutad serie).

ANMÄLAN: Senast den 30 oktober till: Svenska Bågskytteförbundet, Fagerviksvägen 22, 860 30 Sörberge eller Fax: 060-578821, Email: kansliet@bagskytte.se

Lämna uppgift på namn och adress samt E-postadressen på kontaktombudet för föreningen. (Resultat skickas endast ut per E-post samt finns på vår hemsida, www.bagskytte.se. Endast slutresultatet skickas per post till klubbarna)

REGLER: Seriekommittén kommer senast under vecka 44 att sända ut startkort och regler för de klubbar som anmält sitt intresse för Juniorserie 2004.

VÄLKOMNA TILL 2004 ÅRS HÖSTJUNIORSERIE

MOTALA LEJONJAKT - 3D 11 SEPTEMBER, 2004

Plats: Fålahagen, skyltat från Rv 50.
Rond: 30 mål, McKensie, Delta.
Klasser: Samtliga enligt SBF.
Anmälan: Till: Jan-Ove Johansson på
 telefon: 0141-523 11.

På uppdrag av
SKÅNES BÅGSKYTTEFÖRBUND
 Inbjuder
BÅGSKYTTEKLUBBEN GRIPEN
 Till
 DM- INNE
 Söndagen 31/10-04

Separat inbjudan till berörda klubbar.

Eskilstuna Bågskytteförening

inbjuder till den

49:e Mälardalsjakten

Tid: Söndagen 5 september 2004.
 Start kl 09.00.
Plats: Eskilstuna Skyttecentrum,
 Hugelsta.
Rond: 2 x 15 mål svensk jakt.
Klasser: Samtliga godkända enligt SBF.
Anm. avg: 19-klass och äldre 110:-.
 10 - 16-klass 70:-.
Anmälan: Senast tisdagen 31 augusti till
 Leif Danielsson tel 016-35 26 97
 eller
 leif.danielsson@hallbybrunn.com
Servering: Kaffe, läsk, korv, smörgåsar, godis
 till som vanligt mycket humana
 priser.

Meddela ankomst minst 30 min före start

**VÄLKOMNA TILL
 ESKILSTUNA**

TYRESÖ BS BJUDER IN TILL

(EJ SANKTIONERAD)

DISCOEVENTFRÅSET 2004

DATUM: LÖRDAG 16/10
TID: OMGÅNG 1 KL.0930
 OMGÅNG 2 KL.1300
PLATS: BOLLMORAHALLEN (TYRESÖ C) SKYLTTAT FRÅN ÄLTA SJÖN
ANM.AVGIFT: 90:-
KLASSER: 10-16 ALLA SKJUTER PÅ 12 M
 19-UPPÅT SKJUTER I MÅN AV PLATS "SKJUTER PÅ 12M"
T-LEDARE: MICKE SANDBERG
LJUS/MUSIK: DJ EVENT STOCKHOLM

ANMÄLAN/UPPLYSNINGAR: SENAST 13/10 TILL MICKE
mikael@titeldata.se ELLER 08-770 24 74 HEM, 070-898 65 70 MOBIL

SERVERING: AV KAKOR, BULLAR, KORV M BRÖD, LÄSK, GODIS, MACKOR
ÖVRIGT: VI KOMMER ATT SKJUTA I SLÄCKT HALL, DISCOLJUS, RÖKMASKINER,
 DISCOMUSIK M.M
 PÅ VÅRAN HEMSIDA WWW.TBS.NU FINNS EN FILM FRÅN FÖRRA ÅRET.

Piteå Bågskytteklubb

Inbjuder till

PITEMÅLET

Lördagen den 21/8 2004

Plats: Skjutbanan i Öjebyn.
 Rond: 900 rond alla klasser
 Uppvärmningsskjutning
 2x4 min.

Klasser Samtliga enligt FITA och SBF
 Små klasser kan slås ihop.

Anm avg Seniorer och äldre 100:-
 Juniorer 60:-

Anmälan. Lennart Roslin tel 0911 34556
 Senast torsdag 14/08.

Piteå Bågskytteklubb

Inbjuder till

FYRKANTPILEN

Lördagen den 9 oktober 2004

Tävlingsplats: Noliahallen
 Tävlingsform: Fita 18/12 m 2x30 pilar
 Klasser: Enligt SBF:s regler
 Anm.avg: Seniorer och äldre 100:-
 Juniorer och knattar 50:-

Start: KL 11.00
 Värmning: 2 x 4 minuter
 Anmälan Lennart Roslin
 0911 34556

Email: bersika@hotmail.com
 Senast 30 September

Eskilstuna Bågskytteförening

inbjuder till

Munktelträffen**Lilla Munktelträffen**

Tid: Lördagen 30/10 2004.
 Tävlingsstart kl 10.00
 Plats: MunktelArenan, Eskilstuna
 Tävlingsform: FITA 18 resp. 12 m 2x30 pilar
 Klasser: Samtliga godkända klasser enligt SBF
 Anmälningsavgift: 19-klass och äldre 120:,-
 övriga 80:-
 Anmälan: Senast tisdagen 26/10 till
 Leif Danielsson tel 016-35 26 97
 leif.danielsson@hallbybrunn.com

Max deltagarantal: 180 skyttar
 Priser: Endast till 1:a, 2:a och 3:a i senior-
 klasserna.

Tid: Lördagen 4/12 2004.
 Tävlingsstart: Omg. 1 kl 10.00 Omg. 2 kl 13.00
 Plats: MunktelArenan, Eskilstuna
 Tävlingsform: FITA 12 m 2x30 pilar
 Klasser: 10- och 13 klass
 Anmälningsavgift: 70:-
 Anmälan: Senast tisdagen 30/11 till
 Madeleine Blomquist 016-51 64 63
 madeleine_bloomquist@yahoo.se

Max deltagarantal: 30 skyttar/skjutomgång
 Ange önskemål om skjutomgång vid anmälan.
 Vi meddelar föreningsvis tilldelad skjutomgång
 torsdagen 2/12 till föreningens kontaktperson.

Kaffe och andra drycker, smörgåsar, kakor, godis m.m. finns i Arenans servering.
 Gymnastikskor är obligatoriskt. Uppvärmningsskjutning börjar 30 minuter före start.

Vid anmälan anges om 3-spott eller 10-ringad önskas.

Under tävlingsdagen kan sekretariatet nås på telefon 016-12 35 25.

Meddela din ankomst till sekretariatet senast 30 minuter före tävlingsstart.

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

LABO IMPORT AB

SWEDEN



Box 8085
650 08 Karlstad

054-53 31 10
Butik på nätet www.labo.se

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



BENGTSSENS

Mitt i prick

Mossvägen 5, 291 59 Kristianstad
Tel/fax: 044-10 90 40, Mobil:0708-59 24 90
www.opusvista.nu/mittiprick
e-mail:mittiprick@opusvista.nu

Win&Wins 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.

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

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



2400:-

Ny

Evolution II

Med internationellt lemmfäste

1590:-



7900:-

Protec 2004

XT-2000

Axle to axle: 38"
Deflex Geometry: 0.5"
Draw Length / Allonge: 29"
Peak Weight / Puissance: 60#
Adj. / Regl.: 27.5 - 30
Fade Blue

XT-3000

Axle to axle: 41.5"
Deflex Geometry: 0.5"
Draw Length / Allonge: 28"
Peak Weight / Puissance: 60#
Adj. / Regl.: 27 - 29.5
Silver Flame

8850:-

Aurora Kogers

Dynamic Top
Svart, röd & blå

375:-

Quiver Techno
Svart, röd & blå

550:-

575:-

Tech Jazz
Grå, röd & blå

Mathews LX

Ny

7920:-

Med 80% let-off

Äntligen så är det på gång
Mitt i prick går nu att hitta på
www.opusvista.nu/mittiprick

Sidan är under uppbyggnad.
Men kommer snart att uppdateras
med alla nya produkter och priser.