

JOUSIAMPUJA

Lehti



SUOMEN JOUSIAMPUJAINLIITON JÄSENLEHTI N:O 2/2001



Rahalla vaiko rakkaudella?



**HARRASTATKO
VAI
ANSAITSETKO?**

SIVU 2

**JUNIOREIDEN
SM-KISAT
OLIVAT MENESTYS!**

SIVU 14-15

**RANKING-
TILANNE
1.6.2001**

SIVU 18

**LISÄÄ
OPPEJA
OULAISISTA!**

SIVUT 3-4

Aktiivista kilpailukesää kaikille!

RAHALLA VAIKO RAKKAUDELLE?

Rahasta?

Ampumalla kilpaa jousella Suomessa et voi tulla rikkaaksi, etkä edes helpolla hankkia raha-murheista vapaaseen harjoitteluun tarvittavaa taloudellista olotilaa! Miksi et? Ensinnäkin siksi, että jousiammunnan harrastajakunta Suomessa on aivan liian pieni lukumäärältään pystyäkseen keskuudestaan rahoittamaan lajin huippuharrastajien kilpailemisen ja valmentautumisen. 1700 harrastajan Suomen Jousiampujain Liitto ei kykene tarjoamaan toisissaan huipulle pyrkivälle sellaista taloudellista tukea, jota siihen nykymaailmassa tarvitaan. Toiseksi siksi, että jousiammuntakilpailut eivät ainakaan toistaiseksi ole kiinnostaneet mediaa, eikä myöskään suurta urheilusta kiinnostunutta yleisöä, jotka molemmat tuovat sitä kaipaamaamme julkisuutta ja kiinnostavuutta, jonka avulla saisimme lajiin niin mainostajia kuin sponsoreitakin. Kolmanneksi siksi, ettei myöskään huippuampujan pieni kasvattajaseura kykene rahallisesti auttamaan. Mitä vaihtoehtoja huipulle halajavalla sitten oikeastaan jää? Tärkein motivaattori ei voi olla raha, vaan yksinkertaisesti rakkaus lajiin! Kannattaako jousiammuntaa sitten tehdä rakkaudesta? Ei, mikäli kannattavuusajattelu on lähtökohtanasi ja kyllä, mikäli yksinkertaisesti haluat tulla hyväksi jousiampujaksi! Rakkaus jousiammuntaan on todellisuudessa oppimishaaste, joka sinun on oivallettava ja hyväksyttävä, ennenkuin asetat itsellesi tavoitteesi.



ei mielestämme ole koskaan hyvin, eikä mistään tule koskaan mitään. Jousiammunnalla menee juuri niin hyvin kuin me haluamme sillä menevän. Laji tarvitsee iloista mieltä ja se kaipaa myös parempaa huomiota osakseen. Niinkuin rakastettu yleensäkin. Lisätään siis intoa meidän jokaisen harjoitteluun ja kilpailemiseen, sekä otetaan entistä aktiivisempi ote oman seuran asioihin. Jousiammunta vaatii meiltä myös uskollisuutta. Monien urhelu- tai vapaa-ajan harrastuksien yhtäaikainen harrastaminen ei mielestäni jousiampujalta oikein onnistu, sillä jousiammunta on sen verran vaikeata oppia ja pitkäjänteisyyttä vaativaa, ettei jousiampujalla edes ehdi olla muita harrastuksia. Täytyy siis kyetä omistautua jousiammunnalle kokonaan tai sitten ei ollenkaan. Satunnainen sunnuntai-ammuskelu ei vie kovinkaan pitkälle ja jokainen meistä kuitenkin haluaa olla hyvä!

Tietenkin kaikessa pitää pitää pää kylmänä.

En suinkaan ole tässä, että me eläisim-me vain jousiammunnalle, tottakai jokaisen jousiammuntaa harrastavan elämässä on paljon muutakin, mutta mitä aktiivimpi ja isompi harrastajakunta, sitä paremmin mahtava harrastuksemme voi!

Pirkka Elovirta SJAL:n puheenjohtaja

RUSKEASUON KENTTÄ KORJATTU HUIPPUKUNTOON!



Helsingin jousiammuntapiirin hallinnoima Ruskeasuon jousi-ammuntakenttä kunnostettiin viime syksynä arvoiseensa kuntoon. Kaikki nurmipinnat on tasattu ja ampumalinjat ja parkkipaikat ovat saaneet uuden soran. Ensi elokuussa Wilhem Tell järjestääkin tauluammunnan SM-kisat tällä maineikkaalla jousiammuntaradalla, joten kaikkien kannattaa siis suunnata matkansa SM:iin. Toivottavasti mahdollisimman moni lähtee kisaan mukaan, jos ei ampujana niin ainakin katsojana.

Rakkaudesta!

Jousiammunta on meidän kaikkien laji harras-tavien mielestä varmastikin hieno laji. Pelkkä toteamus lajin mahtavuudesta ei kuitenkaan riitä, vaan meidän jokaisen pitää oppia rakastamaan lajamme intohimoisesti! Meidän on osattava antaa lajillemme lisääntyvää arvoa ja ennen kaikkea aikaa.

Mitä tämä rakkaudentunnustus sitten pitäisi olla käytännössä? Ensinnäkin meidän tulee mahdollisimman nopeasti lopettaa keskuudesamme yhä vallitseva perusnegatiivinen suhtautuminen kaikkeen. Mikään

JOUSIAMPUJA *Lehti*

Päätoimittaja ja taiteilija: Pirkka Elovirta

Toimituksen osoite:

Suomen Jousiampujain Liitto
Tiedepuisto 4, 28600 Pori
Puh. 02-6271230
Fax 02-6271131
e-mail: anne.sjoroos@vtoy.fi
Internet: www.jousiampujainliitto.fi

Ilmoitusmyynti

Suomen Jousiampujain Liitto
Jäsenilmoitukset
1/1 sivu 1.200,-
1/2 sivu 650,-
1/4 sivu 350,-
1/6 sivu 250,-

Painopaikka

Kirjapaino
O.Saastamoinen ky

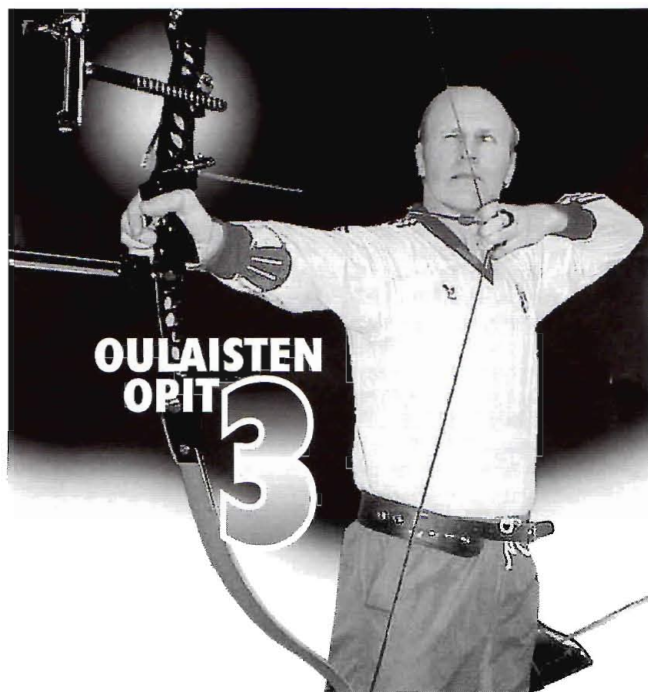
ISSN 0356-3286

Tilauhinta v. 2001 100,-/vuosi, 4 numeroa

Jousiampujalehti ilmestyy vuonna 2001:

1. numero Maaliskuun lopulla
2. numero kesäkuun lopulla
3. numero syyskuussa alussa
4. numero joulukuussa, ennen joulua

Huom! Aineisto lehteen on lähetettävä noin 3 viikkoa ennen ilmestymistä



Tässä jaksossa on valikoima jousiampujille sopivia tasapainoharjoituksia ja yksinkertainen testi oman jousen jäykkyyden sopivuudesta nykyiseen fyysiseen kuntoon ja harjoitustapaan nähden.

1. TASAPAINOHARJOITUKSIA

Seuraavat harjoitukset parantavat vartalon tasapainoa seisoma-asennossa. Seurauksena on vakaampi tähtäyskuva ja sujuvampi loppuveto klikkerin läpi.

Jotta seuraavalla harjoituksella olisi merkitystä, sitä on toistettava VÄHINTÄÄN kolmesti viikossa neljän viikon ajan lisäten yhteen harjoitukseen käytettävää aikaa 5 sekuntia jokaisella harjoituskerralla. Eli ensimmäisellä kerralla teet kutakin harjoitusta 30 s, seuraavalla kerralla 35s jne. Kun pääset 60 sekuntiin, aikaa ei tarvitse enää lisätä.

1. Jalat peräkkäin

Laita oikean jalan kantapää vasemman jalan varpaiden eteen. Jalat ovat peräkkäin lattiaa vasten. Suorista selkäsi, laske hartiat ja vatsa alas, rentouta kätesi ja löydä vakaa tasapaino molemmille jaloillesi. Sulje silmäsi. Pysy paikallaan 30 sekuntia. Tee toiseen kertaan jalat eri järjestyksessä.

2. Yhdellä jalalla seisominen

Tue oikea jalkapohjasi vasemman jalan polveen. Suorista selkäsi, laske hartiat ja vatsa alas, rentouta kätesi ja löydä vakaa tasapaino vasemmalla jalalla. Sulje silmäsi. Pysy paikallaan 30 sekuntia. Tee toiseen kertaan jalat eri järjestyksessä.

3. Vaaka eteenpäin

Seiso yhdellä jalalla. Taivuta vartalo eteen ja levitä kädet sivulle sekä sulje silmäsi. Pysy paikallaan 30 sekuntia. Tee sama toisella jalalla.

4. Vaaka taaksepäin

Sama kuin 3, mutta taaksepäin. Tee molemmilla jaloilla.

5. Varvaskyykky

Ole varpaillaan. Tee hitaita kyykkyjä hartiat ja lantio rentoina. Kätesi tuntuvat raskailta ja riippuvat alas koskettaen lopulta varpaita. Ojenna aina ylös noustessasi selkäsi ja muista laskea hartiat.

6. Nilkka-twist molemmilla jaloilla

Siirry vasemmalle nilkkoja kiertämällä. Anna lantion olla paikoillaan. Twistatessasi nosta vuorotellen varpaita ja kantapäitä. Liiku noin 4 metrin viivaa pitkin edestakaisin 50 s. Lisää aikaa 5 sekunnilla jokaisella harjoituskerralla.

7. Yhden jalan nilkka-twist

Tee samoin kuin edellisessä harjoituksessa, mutta nyt yhdellä jalalla. Aloita 30 sekunnin twistillä. Aika on vain suositus. Jatka niin pitkään, että tunnet lievää polttelua nilkan lihaksissa. Tee myös toisella jalalla.

8. Pitkä askel

Astu pitkä askel. Laske vartaloasi alaspäin niin, että toinen polvesi on lähes lattiassa. Anna olkapäiden ja vatsan seudun laskeutua alas. Pidä kätesi rentoina ja selkä suorana. Katso eteenpäin ja sulje silmäsi. Tee sama toinen jalka edessä.

9. Tasapainoilu varpailla

Seiso varpaillasi korokkeen reunalla. Sulje silmäsi 30 sekunniksi. Vartaloasi on noussut hieman ylöspäin pohkikiden varaan.

10. Tasapainoilu kantapäillä

Sama kuin edellä, mutta tasapainoiltaan kantapäillä.

11. Tasapainoilu yhden jalan varpailla

Kuten edellä, mutta vain yhden jalan varpailla. Tee molemmilla jaloilla.

12. Tasapainoilu yhden jalan kantapäillä

Kuten edellä, mutta tee harjoitus yhden jalan kantapäillä. Tee harjoitus molemmilla jaloilla alkaen 30 sekunnista silmät kiinni.

13. Tasapainoilu jalan ulommalla osalla

Kuten edellä, mutta jalan ulommalla puolikkaalla. Tee molemmilla jaloilla alkaen 30 sekunnista ja mikäli mahdollista, niin silmät suljettuina.

14. Tasapainoilu jalan sisemmällä osalla

Kuten edellä, mutta jalan sisemmällä osalla vuorotellen molemmilla jaloilla ja tasapainon salliessa silmät kiinni. Aloita 30 sekunnista.

15. Hidas tasainen kävely

Kävele hitaasti (alle 2m minuutissa) ja tasaisesti JATKUVALLA liikkeellä viivaa pitkin. Huomioi jatkuvuus siirtäessäsi vartalon painoa jalalta toiselle. Kävele ensimmäisellä kerralla vähintään 2 minuuttia. Lisää aikaa 10 sekuntia jokaisella harjoituskerralla.

16. Tasapainoilu yhdellä jalalla toisen jalan nojatussa seinään

Seiso noin 20 cm päässä seinästä, seinä selän takana. Nosta oikea jalkasi jalkapohja seinää vasten. Jalkasi on lähimmän vaakassa. Suorista selkäsi, sulje silmäsi ja ylläpidä asento 30 sekuntia. Tee sama toisella jalalla.

17. Tasapainolauta

Seiso tasapainolaudalla.

- halkaisija 55cm - 60 cm

- keskellä lauta puinen tai muovinen puolipallo, jonka halkaisija 20 cm.

- päällypuolella liukueste nauhat

Tasapainoile ensimmäisellä kerralla 2 min. Lisää aikaa 10 sekuntia jokaisella harjoituskerralla.

Toista harjoitus ainakin 3 kertaa viikossa vähintään 4 viikon ajan vaikuttaaksesi myönteisesti tasapainoosi.

2. ONKO JOUSESI JÄYKKYYS SOPIVA?

Seuraavalla yksinkertaisella testillä saat laajomattoman tiedon tarpeesta lisätä tai vähentää jousen paunoja ja/tai muuttaa ammutaharjoitteluasi.

Matka:	30, 25 tai 18 m
Taulu:	80, 60 tai 40 cm (miehille 8 kpl täplätäuluja)
Sarja:	8 nuolta 8 -12 kertaa, eli vähintään 64 nuolta
Ammunta-aika:	2 min 30 s
Nouto ja merkkaukset:	1 min 30 s

Testin kulku:

1. Valitse osuma-alue, johon pystyt kohtuullisen hyvällä suorituksella. (huomaa, että alueen ei tarvitse noudattaa taulun numeroiden rajoja, vaan osuma-alueen raja voi olla esim. vahva kasi) Kirjaa osuma-alue, matka ja päivämäärä tulokortin yläreunaan. Pidä kortti hyvin käsillä, koska nuolien hakemiseen ja merkkaukseen varattu aika 1 min 30 s on lyhyt aika. Merkkauksesta voisi olla apua.

2. Tarkista, että nuolesi ovat numeroidut tai käytä täplätäuluja.

3. Lämmittele hyvin ennen harjoituksen alkua ja ammu parikymmentä harjoituslaukausta.

4. Ammu kaksi tähtäimen säätösarjaa. Pyri myös näillä sarjoilla annettuun ammunta-aikaan. Ammu kaikki 8 nuolta vaikka aika 2 min 30 s ylittyisi. Varmistu, että tähtäin on oikein säädetty.

5. Ammu nuolesi numerojärjestyksessä tai joka nuoli eri täplään. (Jälkimmäinen tapa on suositeltavampi).

6. Ampuessasi yritä tulla toimeen voimiesi kanssa ja tunnustele oloasi väsyneenä. Sillä voi olla myöhempää merkitystä. Älä anna suorituksen

laadun heikettä loppuvuoden ja jälkikäytävien aikana Nopeuta suoritusta nokiituksen, jousen noston jne. aikana.

7. Tähtäintä saa säätää tarvittaessa.

8. Merkatessasi, noudata seuraavaa nopeaa systeemiä:

Merkkaa 9/2, jos nuoli osuu ysiin kello kaksi.

Ympyröi nuoli, joka osuu alueen ulkopuolelle.

9. Lyhyt analyysi:

A. Vertaa neljän ensimmäisen sarjan yhteistulosta neljän viimeisen sarjan yhteistulokseen. Mikäli jälkipuolisko on heikompi, podet kestävyiden puutetta, joten harjoituksissa

- pidä pienempiä taukoja sarjojen välillä
- lisää nuolten määrää harjoituksissa
- tee enemmän erikoisvoimaharjoituksia
- paranna ensivuonna voimaharjoittelua tangolla ja käsipainoilla

B. Vertaa joka sarjan neljän ensimmäisen nuolen (yhteensä 32 nuolta) yhteistulosta joka sarjan neljän viimeisen nuolen (yhteensä 32 nuolta) yhteistulokseen. Jos jälkimmäinen pistelasku antaa pienemmän tuloksen, podet voimanpuutetta, joten

- kevennä jouta
- lyhennä harjoituksissa taukoja nuolten välillä
- ammu useampia nuolia sarjassa harjoitellessasi
- lisää erikoisvoimaa
- uudista voimaharjoitteluohjelmasi ensi kaudella

C. Mikäli sekä A-, että B-kohdassa jälkimmäinen yhteistulos on parempi, voit kokeilla niin paunojen kuin massan lisäämistä jouseen.

Jousiampulehti / Pentti Vikström Oulaisten Sulka

LIITON WWW-SIVUT SISÄLLÄN PITÄNYT JIPPIIN SERVERI TUHOITUI!

Olet varmasti huomannut, että liiton www-sivut ovat olleet kummallisen sekaisin toukokuussa. Vika johtui yhden Jippii Groupin serverin kovalevyn totaalista tuhoutumisesta. Niinpä liiton nettisivut valitettavasti hyppäsivät yhdessä yössä kuukausia ajassaan taaksepäin, sillä Saunalahden varmistusjärjestelmäkään ei toiminut kunnolla ja uusimmat tiedostot olivat kuukausia vanhat. Samassa rytäkässä menivät taivaan tuuliin myös chattisivumme kaikki uusimmat jutut. Pahoittelen. Nyt olen pikku hiljaa saanut www-sivumme taas kuntoon, mutta niissä voi ilmetä kuitenkin vielä jatkossakin toimimattomia linkkejä. Chattiin voit taas kirjoittaa normaalisti mielipiteitäsi, ehdotuksiasi ja kysymyksiäsi (toivottavasti iloisen positiivisia). Chattisivumme ei kuitenkaan ole mikään välineitten myyntipaikka, vaan ne on myytävä tai ostettava jatkossakin Myyn/Ostan linkistä, jonne jossakin vaiheessa on luvassa automaattinen sisäänkirjaantumistoiminta.

Jousiampulehti / Pirkka Elvira

SJAL:N TULOSPALVELU TOIVOO YHTENEVÄISYYTTÄ JA JÄRKEÄ KISATULOKSIIN

Kisatulokset ovat Jousiampulehden ehkä luetuimpia juttuja. Niiden julkaiseminen on kuitenkin monasti melkoisen työn takana, sillä jotkut seurakirjat eivät toimita lainkaan niitä liitolle. Osa tuloksista toimitetaan liiton toimistoon yhä vain paperiprinttinä, mikä tarkoittaa työstä uudelleen kirjoittamista. Huomioikaa, ettei liitolla ole tulospalvelussa ainoatakaan palkattua henkilöä, vaan ainoastaan minä ja Mika Savola teemme tulospalvelutyötä vapaa-ajallamme.

Useaan kertaan olemme kehoittaneet kisoja järjestäjien seurojen viipymättä toimittamaan tulokset ja ennen kaikkea uudet ennätystiedot käyttöömmme järjestäjien nimikirjoituksilla vahvistetuina kopioina tulokortteista. Ilman sääntöjemme mukaista ilmoitusmenettelyä emme voi kirjata ennätyskirjoituksia virallisiksi. Fita vaatii maailmanennätyskirjoituksen tulevan 10 päivän sisällä, jotta se kirjaa ne vahvistetuiksi. Näin ei tapahtunut Riihimäen SM:ssä ammutuissa maailmanennätyskirjoituksissa, eikä siis Jari Lipposen ja Jari Haaviston huikkeitä 180 pisteen pudotuskisatuloksia kirjata maailmanennätyskirjoituksiksi Fitin ilmoituksesta! Olen todella pahoillani asiasta. Kisatulokset on sääntöjemme mukaisesti toimitettava liiton käyttöön viikon sisällä kisasta.

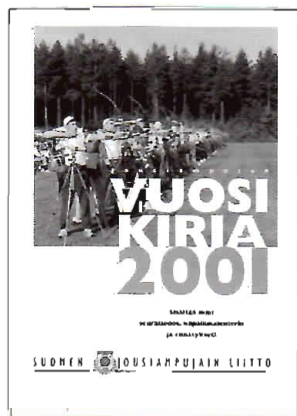
Muutama tärkeä huomio tulosten kirjaamisesta:

1. Tulokset on toimitettava viikon sisällä liitolle, mieluiten sähköisessä muodossa.
2. Ennätysilmoitukset on tehtävä viikon sisällä ennätyslomakkeelle (lomake vuosikirjassa). Fita vaatii ennätykset itselleen 10 päivässä!
3. Seuranimet tulee kirjoittaa lyhenteinä, ei kokonaisuudessaan, sillä ne vievät aivan liikaa palstatilaa.
4. Opetelkaa sääntökirjamme mukaiset oikeat sarjalyhenteet, älkää keksikö niitä hatusta! Suomessa ei esimerkiksi ole olemassa mitään merkkiluokkaa! Tähtäinjoussisarjat: M,N,M50,N50,M60,P18,T18,P15,T15,P12 ja T12. Taljajoussisarjat: MT, NT, M50T, N50T, M60T, P18T, T18T, P15T, T15T, P12T ja T12T. Vaistojoussisarjat: MV, NV, M50V, N50V, M60V, P18V, T18V, P15V, T15V, P12V ja T12V.
5. Lähettäkää tulokset mieluiten Word-dokumenttina, ilman että jokaisessa rivissä on uudelleen merkittynä ampujan sarja.
6. Muistakaa merkitä dokumenttiin myös kilpailun virallinen nimi, aika ja järjestävä seura, sekä maininta jos kilpailu oli Ranking-kisa.

Tämänkin Jousiampulehden sivuilta voit tsekata miten tulokset julkaistaan. Yllä olevat kohdat saattavat tuntua kohtuuttomilta, mutta uskokaa sovinnolla, että tulosten jatkuva korjaaminen on turhauttavan tappavaa hukkutyötä, jota en halua tehdä!

Pirkka Elvira / Jousiampulehti

OSTA JOUSIAMPUJAN VUOSIKIRJA 2001



35mk
+ postikulut

Jousiampujan vuosikirjassa on mm. seurojen yhdyshenkilöiden nimet ja kontaktiosoitteet, kilpailukalenteri 2001, ennätykset, ennätysilmoituskaavake ja tuomariluettelo. Eli kaikki se tieto mitä jousiampujan on hyvä pitää aina matkassaan, vaikkapa jousilaukussaan. Vuosikirja maksaa 35mk! Tilaa se liiton toimistosta puh. 02-6271230.

www.jousiampujainliitto.fi

Liiton www-sivujen uusi salasana on:

LAVAT

Käyttäjätunnus on yhä jousiampuja.
Älä anna salasanaa seurasi ulkopuolisille!

LONG BOW ANTAA HAASTEITA

Kiitos P. Lungerille haasteesta. Minulle tekstin tuottaminen ei ole helppoa. Koulussakin opettaja kannusti sanoilla: "Säilät säihky, mutta ei täällä". Yritän kuitenkin saada jotakinlaista tekstiä aikaiseksi, kun kerran haaste tännepäin on heitetty. Haasteen aiheena on kertoilla Long Bow jousella ampumisesta ja tuntemuksiani siitä, mutta sitä ennen pari sanaa pelosta ja kyyliksestä.

KYLLÄKAUHU JA PELKO

Eipä taida maailmassa olla yhtään ammuntaa harrastavaa ihmistä, joka ei olisi kylläkauhun kanssa kamppailut. P. Lungerin tekstistä käy selkeästi ilmi, että kyseessä on pelkotila. Pelko ei ole elämän aikana hankittu ominaisuus, vaan se on meille kaikille elollisille olennoille syntymän hetkellä annettu. Selkeämmin sen voi havaita vastasyntyneen eläinlapsen käyttäytymisestä. Jos se ei pelkää se voi päästä vaikkapa hengestään. Me ihmiset olemme onnellisessa asemassa siinä suhteessa, että välittömästi syntymämme jälkeen meidän ei tarvitse henkemme menetystä pelätä. Äiti, isä ja koko yhteiskunta pitävät vaarat loitolla. Kuitenkin pelkotiloja alkaa tulla kun lapsi opettelee kävelemään. Vanhemman varoittelevat ovista, tuoleista ja ties mistä, joista voisi olla loukkaantumisen vaaraa. Vanhemmiten ihminen voi pelätä mitä ihmeellisimpiä asioita. On korkean paikan kammoa, ahtaan paikan kammoa, lentopelkoa, sairastumisen pelkoa, jne. Jotkut pelkäävät käärmeitä. Jotkut hämähäkkejä. Pelätä siis voi mitä ihmeellisimpiä asioita. Jopa sellaisia, joita asianomainen itse tietää järjenvastaisiksi. Tällöin on kyse sairaanloisesta pelkäämisestä, jonka parantamiseen tarvitaan asiantuntijan apua. Sairaanloinen pelkääminen voi pahimmillaan jopa tappaa. Ajatelkaapa esim. kuolemanpelkoa potevaa ihmistä, jonka päässä pyörivät joka hetki siihen liittyvät kauhukuvat. Hän ei pysty hoitamaan työtään, ei kotiasioitaan, eikä suoriutumaan mistään normaalin ihmisen toimista. Hän ei puhu kenenkään kanssa, vaan vetäytyy omiin oloihinsa miettimään pelkotilaansa; eli käyttäytyy muiden silmissä omituisesti. Hengenlähde voi olla lähellä, sillä hän on alkanut miettiä itsemurhaa päästäkseen piinastaan. Hänen on nyt nopeasti saatava hoitoon ja oikea paikka on mennä psykiatrin juttusille.

Onneksi kylläkauhu ei ole kuolemaan johtava sairaus, ellei sitten hirveän sätkyn jälkeen ammu sivullisia. Kylläkauhu on siis pelkotila, joka on osa jousiammuntaelämää. Sen iskessä jotkut lopettavat ammunnan siihen paikkaan, toiset ryhtyvät ponnistelemaan päästäkseen siitä eroon. Helppoa se ei ole, mutta ponnistella kannattaa jos jousiammunnasta tykkää. Jousiampujan siis kannattaisi pelätä muita, kuin jousiammuntaan liittyviä asioita.

MINUN KYILIKSENI JA PELKONI

Kyyliä vaivasi minua 80 luvun alkupuolella. Tähtäämisestä ei tullut mitään, sillä laukaisu lähti jo siinä vaiheessa kun vasta varsinaisen tähtäämisen piti alkaa. Miten sitten siitä pääsin eroon? Hyvää reseptiä minulla ei ole olemassa. Jos sellainen olisi, niin se olisi jo käytössä, eikä näistä asioista tarvitsisi Jousiampuja lehdessä kirjoitella. Omalla kohdallani toimi kohtalaisen hyvin se, että pistin "pillit pussiin" noin vuodeksi ja sitten panin klikkerin pyssyyni. Koska olen aina ampunut ns. vaistolla, antoi klikkeri mahdollisuuden kiinnittää huomiota muihin asioihin kuin tähtäämiseen. Kyyliä siis lähti pois huomaamatta, koska jouduin kiinnittämään huomiota enemmän läpivetoon kuin tähtäämiseen.

Vaistoampujana olen aina harrastanut maastoammuntaa, joka FITA:n sääntöjen mukaan koostuu erikokoista tauluista ja ampumaetäisyyksistä. Olen koko ammuntaharrastukseni aikana aina pelännyt jotakin ampumaetäisyyttä tai taulukokoa ja pelon kohde vaihtelee. Tänäkin esim. 30m etäisyys tuntuu vaikealta ja 40m sujuu hyvin. Huomenna asia voi olla toisinpäin. Miksi näin on, niin sitä en tiedä. Ehkäpä ihmismieli on siten rakennettu että, aina pitää jotakin mitä pelätä.

JÄPITTÄMINEN

Myösikin laukaisemisen pelko voi olla eräs jousiampujan pelkäämisen muodoista. Kutsutaan sitä vaikkapa jäpittämiseksi. Ampujan mielestä tähtäin ei ole koskaan kyllin hyvin keltaisella, jotta laukaisu voisi suoriutua. Ampuja ei uskalla reippaasti vetää klikkerin läpi, koska silloin tähtäin tahtoo siirtyä pois keltaiselta. Jäpittäminen on melkein yhtä paha "tauti" kuin kyyliä. Jäpitystautia sairastavan ampujan tunnistaa läpivedon vaikeudesta ja jatkuvasta purkamisesta. Jäpitys romuttaa oikean lihasjännityksen juuri sillä hetkellä, kun laukaisun pitäisi tapahtua. Tuloksena yleensä on myötäinen laukaisu tai jousikäden putoaminen ja nuoli osuu muualle, kuin minne sen olisi pitänyt osua. Näin olympialaisten aikaan olen ihaillut korealaisten ampuijen (etenkin naisten) suorituksia. Heillä ei ainakaan näytä olevan jäpitystautia. He vetävät nuolensa ripeästi klikkerin alta ja

tuloksena on tasalaatuisia suorituksia. Menestystä heille on tullut. Naisten luokassa neljä ensimmäistä sijaa ja joukkuekulta Sydney:ssä.

PIENI JYVÄ JA KAUKANA SILMÄSTÄ. SIINÄ HYVÄN OSUMISEN AVAIN?

Vaistoampujana olen ihmetellyt, että miksi tähtäinampujan tähtäimen pitää olla pitkän varren päässä ja miksi jyvän pitää olla mahdollisimman pieni? Hyvän tuloksen saavuttamiseen ei tarvita yllä mainitsemiä asioita. Jyvän vieminen kauaksi silmästä vain edesauttaa jäpitystaudin syntymistä, koska silloin tähtäin heiluu laajemmalla alueella vetovaiheessa. Tähtäimen heilumatta keskellä maalia pitäviä ampujaa ei vielä tähän päivään mennessä ole syntynyt, ei edes Koreassa.

Itse käytän nuolen kärkeä tähtäämiseen ja siihen se kyllä riittää. Olen aina ampunut molemmat silmät auki ja silloin näen kaksi hämää nuolenkärkeä, koska kohdistan katseeni tähtäyspisteeseen (tauluun) enkä nuolen kärkeen. Nuolen kärjistä pitää vain valita se oikea; eli minun tapauksessani vasemmanpuoleinen. Vaikkakaan en ole yltänyt olympiakilpailijoiden joukkoon, niin kuitenkin tiedän kokemuksesta, että hyvä

osumatarkkuus ei vaadi pientä jyvää, eikä sen kaukana silmästä olemista. Hyvä osuminen tulee tasalaatuisista ja samanlaisista suorituksista. Hämmästyttävää nuolen kärki siis täytyy olla riittävän hyvä tähtäin.

Sanojeni vakuudeksi Jarkko Kaarsalon vaistoilla ampuma 18m:n Suomen ennätys 556 ja Erik Jonssonin samalta matkalta Ruotsin ennätys 577 ovat sitä luokkaa, että samanlaisten tulosten saavuttamisessa on monella tähtäinampujalla tekemistä. Huomiota kannattaa kiinnittää siihen, että heidän jousissaan ei ole ollut tähtäimiä, stabilisaattoreita eikä klikkeriä! Lisäksi he eivät välttämättä ole tähänneet nuolen kärjellä taulun keskusta, vaan taulun alareunaan. Tuollaisten tulosten ampumisessa ei kyyliksestä eikä jäpityksestä voi olla tietoaakaan, mutta ampumatekniikka on toiminut hyvin.

TÄHTÄYS

Toinen ihmetykseni aihe on ollut se, että miksi pitää tähdätä keskelle maalia. (taulu) Maalin alle tähtäämisestä on etua silloin, kun ammutaan maastossa arvioitavia matkoja. Nykyiset säännöt antavat mahdollisuuden käyttää systeemiä, joka antaa taulun alareunaan tähdäen riittävän hyvän osuman ilman matka-arviointia. Kannattaa muistaa, että pisteet lasketaan aina nuolen osumakohdasta, eikä siitä mihin kohtaan on tähdätty.

LONKKARI

Lonkkarilla ampumisen alkoi vedonlyönnistä. Olin Vesalan Eeron kanssa opettamassa virolaisille maastoammuntaa Pärnussa. Paikallinen jousenvalmistaja kävi esittelemässä meille tuotteitaan ja silloin teimme jousikaupat ja samalla löimme kahvivedon. Tarkoitua oli ampua lonkkarilla seuraavissa SM-kisoissa ja hävinnyt maksaa kahvit.

Valmistajan jouset olivat minulle aivan liian jäykkiä. Kipeillä olkapäillä ei ole kiva ampua yli 60 paunaisella jousella. Niinpä hän lupasi rakentaa toivomukseni mukaisen jousen. Sovimme maksimijäykkyydeksi 40 paunaa. Ihan sopiva siitä tuli, 36 paunaa minun vetopituudellani. IFAA:n lonkkarisääntöjen mukaan nuolen materiaalin täytyy olla puuta, ja sulkin luonnonsulat. Jousessa ei saa olla vastakaarisuutta, rannelenkkiä, tähtäintä, klikkeriä, blungeria, eikä stabilisaattoria. Laukaisun on tapahduttava ns. "välimeren" otteesta, eli nuolen tulee olla etu- ja keskisormen välissä. Koska jouseni ei ollut kovin jäykkä, niin kiinnitin erityistä huomiota nuolen valintaan. Pyrin mahdollisimman kevyeen nuoleen, koska ampumamatkat IFAA:n kierroksella ovat pitkiä; max 80 yardia eli noin 73 metriä. Valitsin aihoksi 5/16 tuumaa paksun mäntytykin, siihen mahdollisimman lyhyen luonnonsulan (7,5 cm) ja suositusten mukaisen 70 grainin kärjen. Sitten vain testejä tekemään. Aluksi tein kolme nuolta, jotka olivat eri pituisia. Koska blungeria ei ole, niin on pelattava nuolen pituudella ja jänneväliä. Käytin paperitestiä ja kasvatin jänneväliä alkaen 19 cm:stä. Nyt nuolen pituudeksi on "jäänyt" 28 tuumaa ja jänneväliksi 21 cm. Näillä säädöillä olen löytänyt ns. päinmatkaksi 45 yardia eli noin 41 metriä. Päinmatkalla tarkoitetaan etäisyyttä, josta ampuja tähtää nuolen kärjellä keskelle taulua. Tätä etäisyyttä pidän ihanteena, kun ammutaan eri etäisyyksiltä 10:stä yardista 80 yardiin. Ammuttaessa 25 yardin etäisyydeltä nuolen kärki on tähdätessä on alimmillaan noin 1m maalin alla. Tähtäyspisteen löytäminen voi olla hankalaa ja niinpä ammunkin nuomatkat vaistolla. Asetan täydellä vedolla nuolen kärjen aluksi oletamaani tähtäyspisteeseen ja sitten siirrän katseeni tiukasti maaliin. Hyvän suorituksen jälkeen osumatarkkuus on ainakin minulle ollut riittävä. Yli 45 yardin etäisyyksiltä käytän ojennetun jousikäden sormien leveyttä hyväkseni löytääkseni oikean tähtäyskorkeuden. 80 yardilla se on todella korkealla puun latvoissa tai sinisellä taivaalla.

LONKKARI TUO HAASTEITA

Lonkkari on herkkä laite, joka ei salli huonoja suorituksia. Jousen kahvaa

on puristettava kovasti, sillä rekyyli lyö voimakkaasti jousikäteen varsinkin ranteeseen. Oikeat lihajännitykset ovat tärkeitä, koska klikkerin puute ja raskasta n. 30g nuolta ammuttaessa antaa helposti ylä- tai alaosumia. Nuolen ollessa sormien välistä täytyy olla erityisen tarkkana, sillä täydellä vedolla helposti joko painaa nuolta etusormellaan tai nostaa keskisormellaan. Myöskin sivulinjaukset ovat vaikeita nuolen kärjen ollessa kaukana maalista. Taustan ja taulun pienuus sekä taustan takana oleva kivikkoinen maasto tuovat helposti pelon mukaan kuvioihin. Pelätä ei saa, sillä silloin ei taatusti osu.

VAISTOLLA

Suosittelien jokaisen tähtäinampujan kokeilevan vaistolla ampumista. Jokainen meistä on joskus heittänyt tarkkuutta kivellä, pallolla tai tikalla. Jousella voi saada aivan saman tuntemuksen. Heitä tähtäin pois ja kokeile ensin ampumista lähellä olevaan maaliin. Tyyliinmuutosta ei tarvitse tehdä, mutta älä käytä klikkeriä. Kun ankkuroit leuan alle nuolen kärki on niin alhaalla maalin alla, että sen hyväksi käyttäminen on mahdotonta. Katso tiukasti maaliin ja vie nuolen kärki korostetun paljon maalin alle. Vaisto sanoo, että tuosta se ei ainakaan osu. Nosta jousikättä hiukan ylemmäksi ja kuuntele vaistosi ääntä. Nosta edelleen ja jossakin vaiheessa vaistosi sanoo, että nyt ja laukaiset. Yllätyt saamastasi osumasta. Vaistolla ampuminen on erilaista kuin mihin olet tottunut. Sinun on helppoa "kuunnella" lihajännityksiäsi, koska sinun ei tarvitse tähdätä eikä kuunnella klikkerin ääntä. P.Lungeri varmasti muistaa Slovenian MM-kilpailuissa erään "tipurastin", joka ammuttiin iso kiven päätä puron pohjalle asetettuun maaliin. Ammuntakulmaksi tuli yli 60 astetta alaspäin. Tähtäimen asettelu oli vaikeata, koska noin jyrkässä alamäessä ei ole tullut harjoiteltua. Ammuin tuon rastin vaistolla yllä kuvailemallani tavalla tyyliä ja tulos oli kohtalaisen hyvä.

ARVIOITAVAT MATKAT

Nykyiset FITA:n arvioitavan kierroksen sääntöjen mukaiset matkat ovat mielestäni liian helppoja. Välineiden huima kehitys on johtanut siihen, että varsinaista matka-arvioimista ei enää tarvitse tehdä, mikä alunperin on ollut kierroksen tarkoitus. Tähtäinampujat mittaavat tähtäimen avulla saatuaan taulukoon tietoonsa. Itse käytän systeemiä, joka taulun alareunaan tähdäten antaa riittävän osumatarkkuuden. Taljajousien tarkkuus alkaa olla sitä luokkaa, että pian ammutaan tältä kierrokselta maksimi tulos. Silloin ongelmaksi tulee nuolirikot, joten jokaiselle nuolelle pitäisi olla oma taulunsa.

SÄÄNTÖMUUTOSEHDOTUS

Ehdotankin sääntömuutosta siten, että taulukokoja on 5 (40,50,60,70,80cm), joita ratamestari voi käyttää harkintansa mukaan. Maksimietäisyys 60 metriä ja kaikki aselajit ampuvat samalta paalulta. Poikkeuksena tietyt juniorit. Tällä muutoksella matka-arvioinnin merkitys korostuu, mikä alunperin on ollut maastoammunnan hengen mukaista. Kysymyksen on siitä mitä me maastoampujat haluamme? Jos emme siedä epäonnistumista matka-arvioinnissa, niin poistettakoon sitten koko kierros ohjelmasta ja ammuttakoon vain annettuja matkoja. Kuitenkin FITA:n ohjelmassa on mielestäni jo riittävästi sellaisia kilpailuja, joissa voi käydä ampumassa tarkasti, jos "keltaisen-tappaminen" on niin tärkeä.

Nykyisin MM-kilpailujen finaalkierroksilla saa ampujan mukana kulkea avustaja, joka kantaa jousen, mahdollisen repun, puhdistaa nuolet, tarkistaa niiden suoruuden, pitää aurinkovarjoa ettei ampuja häikäisty, pitää sateenvarjoa ettei sade häiritse, niistää nenän, pyyhkii pepun jos ripuli yllättää jne. Pian vaaditaan, että maastokierrokset on ammuttava hallissa ettei tuuli häiritse. Kohta ampujat viedään autolla rastia toiselle, etteivät vain rasittuisi liikaa. Mitä maastoammuntaa tällainen on? Miksi kanniskella taustoja pitkin mäkii ja metsii, kun finaalin yhtä hyvin voisi ampua tasaisella kentällä? Eipähän tarvitsisi katsojienkaan vaivautua hankalakulkuiseen maastoon. Minun mielestäni maastoammunnan pitää olla maastossa tapahtuvaa ammuntaa, jossa jokainen hoitelee asiansa itse.

HAASTE

Yllä olevasta purkauksestani olisi mukava kuulla maastossa erinomaisia tuloksia taljalla ampuneen Jari Haaviston mietteitä. Tähtäinampuja P.Lungeri varmaan mielellään ottaa kantaa omasta näkökulmastaan katsottuna. Vaistoampujien kannan tiedän, mutta kyllä palautetta sieltäkin päin saa tulla.

Odottelen ja toivon tiukkoja kannanottoja!

Terveisin

Jousiampujalehti / Tapani Säilä

FAKTA JA FIKTIOTÄ

Tuli keksittyä viime kerralla noin hyvä otsikko - niinpä jatkan. Yritä tässä paneutua lyhyesti muutamaa tärkeää asiaan virittelyssä, johon liittyy yllättävän paljon mystiikkaa. Näitä seikkoja on käsitelty vaikka minkä verran kaiken tason julkaisuissa ja saatu joskus hyvinkin mutkikkaita menetelmiä. Yritä palauttaa mieliin yksinkertaisia lähtökohtia ja tarkastelen asiaa lähinnä sormilaukaisun eli tähtäinjousojen kannalta. Koska olen itsekin ammuskellut taljalla, tunnen, että monet yleiset asiat sopivat sinnekin. Oletetaan, että nuolet ovat jotenkin sopivasti valittu - mitä tahansa ei voi viritellä.

Ensimmäinen kysymys: miksi nuoleissa on sulat? Vastaus: koska nuoli lähtee enemmän tai vähemmän vinoon asennossa jousesta, niin nuolen asennon oikaisemiseksi tarvitaan peräpäähän sulat.

Toinen kysymys: jos nuoli lähtee suorassa, niin tarvitaanko silloin sulat? Vastaus: ei tarvita, se lentää moitteettomasti koko matkan.

Kolmas kysymys: miten sulitettu nuoli käyttäytyy? Vastaus: se tekee eteenpäin lentäessään lisäksi kahta eri liikettä, vaappuu ja notkahtelee. Ensin mainittu aiheutuu siitä, että edestä päin puhaltava ajoviima heiluttaa vinoon asennossa lähteneen nuolen perää puolelta toiselle 5 - 10 metrin välein. Samalla nuoli ajautuu kokonaisuudessaan vähän puolelta toiselle, koska se lentää kylki edellä. Tämä näkyy silmillä varsinkin ulkona ammuttaessa. Vaappuminen on sitä harvempaa mitä pienemmät sulat ovat. Isoilla sulilla vaappuminen lakkaa nopeammin. Notkahtelu eli värähtely tapahtuu siten, että nuoli notkahtaa oikealle ja vasemmalle noin 20 sentin välein. Tätä silmä ei näe, mutta korva kuulee, jos esim. kärki on löysällä.

Neljäs kysymys: onko vaappuminen ja värähtely vaarallista? Vastaus: eivät ole. Vaappuminen tulisi ehdottomasti vähentää minimiin siten, että viritys ja ammutteknikka ovat sellaisia, että nuoli lähtee mahdollisimman suorassa. Jos vaappuminen on laajaa, niin niputus on huonoa ja ammunta virheille altista. Värähtelylle ei voi mitään, vaikka siitä voi olla joissakin tapauksissa haittaa. Sormilaukaisulla ei ammuta niin jäykkää nuolia, että värähtely häviäisi.

Viides kysymys: miten voi selvittää, lähteekö nuoli suorassa? Vastaus: tähän on olemassa ainakin miljoona erilaista testiä. Yksinkertainen keino on ampua nuolia sisällä eri matkoilta aina 18 metriin saakka ja todeta, että ne eivät ole pahasti vinoon taustassa. Läheltä ammutun nuolen vinosta asennosta voi päätellä, onko nuoli notkea vaiko jäykkä. Nuolen värähtelyn aiheuttama kallistuma selviää, kun muutetaan matkaa kymmenen sentin välein. Tunnetuin keino on ampua sulaton nuoli, jonka pitää osua lähes samaan nippuun sulallisten kanssa.

Kuudes kysymys: 18 metrin matkalta ammutut sulitettut nuolet ovat kallellaan vasemmalle. Onko nuoli jäykkä vaiko notkea? Vastaus: se on jäykkä tai notkea tai jostakin syystä se vaappuu turhan paljon. Asiaa ei voi päätellä tästä, koska erikokoisilla sulilla samat nuolet saattavat olla toisin päin, sillä vaappuminen tapahtuu eri tahtiin.

Seitsemäs kysymys: Mikä on paperitesti? Vastaus: ammutaan paperin läpi ja katsotaan jäljestä, missä asennossa nuoli on sen läpäissyt. Tätä ei tehdä sormilaukaisulla, koska nuolen voimakas notkahtelu aiheuttaa tulkintavaikeuksia paperin reiästä. Laukaisulaitteella (taljalla) ammuttaessa nuoli ei notkahtele niin voimakkaasti. Testi pitäisi ampua eri etäisyyksiltä. Läheltä ammuttu reikä saattaa olla siisti, mutta viiden metrin päässä nuoli saattaa olla jo melkoisesti poikittain.

Kahdeksas kysymys: miten kierresulat vaikuttavat nuolen lentoon? Vastaus: kierresulat saattavat nuolen pyörimään pituusakselinsa ympäri, mikäli nuoli lähtee kutakuinkin suorassa, samalla ne hidastavat nuolen nopeutta. Tällöin välillä sivulta tuleva tuulenpuuska ei käännä nuolen asentoa, vaan nuoli siirtyy sivusuunnassa asentonsa säilyttäen.

Yhdeksäs kysymys: oikaiseeko kierresulitus vinoon lentävän nuolen nopeammin kuin suora sulitus? Vastaus: Ei, vaan päinvastoin pyöriä liike estää nuolen kääntymisen oikeaan asentoon. Nuoli saattaa joutua kieppuvaan liikkeeseen.

Kymmenes kysymys: Miten nuolen lentoa voi tarkkailla? Vastaus: Jos menee ampujan taakse noin kymmenen metrin päähän ja katsoo kiikarilla lentävää nuolta, niin vaappuminen näkyy selvästi.

Yhdestoista kysymys: millä keinoilla voi viritellä? Vastaus: Tässä luettelo, missä virittämiskeinoiksi on lueteltu paljon asiaan vaikuttavia seikkoja jossakin järjestyksessä: joustotallan ulottuvuus, joustotallan jäykkyys, nokinpaikka, nuolihihly, tilleri, kärkipaino, putken jäykkyys, nuolen pituus, paunojen määrä, jänteen paino, keskipunoksen paino, metallisten nokkirenkaiden käyttö, sormilappä, vakajaat.

Jousiampujalehti / Teuvo Kärkkäinen Pohjan Jousi



KESÄISET SISÄAMMUNNAN MAAILMANMESTARUUSKILPAILUT Firenze, Italia 19. – 24.3.2001

Tietävästi Suomen kaikkien aikojen pienin MM-kisajoukkue lähti taistelemaan kansainvälisestä menestyksestä hallijousiammunnan maailmanmestaruuskilpailuihin Italian Firenzeen. Lähtötunnelmissa ampujat olivat luottavaisia tulostulokseen. Edellisen viikonlopun SM-kilpailuissa oli jokainen ampuja pystynyt kohtuullisen hyvin suoriutuksiin. Tasaista tulostulokseen koko kevään esitellyt Tuomas vei kultaa poikajunioreiden sarjasta, sekä Marin ja Tarun pronssikilpailu oli päättynyt niukasti Marin voittoon. Pudotuspaikat olivat kaikkien tähtäimessä ja ilman muuta lauantain finaaleissa oli tarkoitus nähdä mahdollisimman paljon sinivalikoita väriä.

Joukkueemme pieni koko herätti kilpailuissa jatkuvasti mielenkiintoa ja vähän väliä udeltiin, miksi Suomen miesampujat eivät ole tällä kertaa mukana. Vakuutin, että kesällä Kiinassa maamme miesjoukkue on tarkempi kuin koskaan aikaisemmin.

Kuudetta kertaa järjestettävien sisäammunnan MM-kilpailuihin oli ilmoittautunut lähes 400 ampujaa 46:sta eri maasta ja ensimmäistä kertaa jousiammunnan historiassa samoissa MM-kilpailuissa ampuivat niin seniorit kuin junioritkin. Aikaisempien MM-kilpailujen perusteella vahvimmat maat, kuten USA, Ranska ja Italia olivat mukana täysillä joukkueilla kaikissa sarjoissa, sen sijaan Korea puuttui kilpailuista kokonaan. Mielenkiintoista oli myös nähdä, että mm. Makedonia oli saanut vaikeuksista huolimatta pienen ampujajoukon mukaan kilpailuihin.

Ilma oli lämmin ja avajaiset näyttävät.

Astuessamme Firenzen maaperälle vastaanotto oli sananmukaisesti lämmin. Kotimaasta lähtiessämme oli pakkasasteita toistakymmentä ja Italiassa alkoi jo kevät näyttää parhaita puoliaan. Suomen oloissa jokainen motivoitunut jousiampuja olisi varmasti täyttänyt termospullon ja lähtenyt oitis ulkomatkoja harjoittelemaan, mutta ei auttanut sillä Italiaan oli tultu kamppailemaan juuri hallijousiammunnan mestaruuksista. Usein sää ulkona olikin lämpimämpi, tai ainakin valoisampi kuin pimeässä hallissa.

Kilpailun avajaiset järjestettiin uskomattoman komealla Piazza della Signoriassa, joka on toiminut kaupungin poliittisena keskuksena jo 1300-luvulta lähtien. Jousiampujien kulkuetta kerääntyi seuraamaan monta sataa uteliasta ohikulkijaa ja samalla meillemkin tuli selväksi ketkä ovat tämän hetken suosituimmat suomalaiset ulkomailla. Jari Litmasen (valitettavasti ei Lipposen) ja Mika Häkkinen nimeä pikkupojat huutelivat nähdessään Suomen lipun. Avajaisia säestettiin rumpujen pärinällä, tykinlaukauksilla ja värikkäästi pukeutuneet miehet esittelivät

Suomen juniori-kisajoukkue avajaismarssilla: Tuomas Määttä Po-Jo, Taru Yrjönen Ky-Jo ja Mari Piuvu Po-Jo joukkueenjohtajanaan Simo Silander puolustivat Suomen värejä Sisäammunnan MM-viivalta.

lipunheittotaitojaan. Samalla kaikille tuli selväksi, että Piazza della Signoria on Firenzen poliittinen keskus ja paikalliseen päätöksentekoon osallistuvat muutkin kuin poliitikot: avajaisten aikana linja-autokuljettajat osoittivat mieltä parempien palkkojen toivossa ja saivat samalla runsaasti kaipaamaansa huomiota. Levottomat mielenosoittajat pitivät runsaasti meteliä ja harvoin jousiammunkisoiden avajaisissa tarvitaan poliiseja pitämään yleisöä kurissa.

Valitettavasti sitä avajaisten runsaslukuista katsojajoukkoa ei saatu houkuteltua urheiluhallin katsomoon, vaan kilpailujen ajan siellä istui lähinnä jousiampuja sekä joukkueiden huoltajia. Julkisuusarvo ei kilpailuilla muutenkaan ollut huipussaan, sillä yhdestä paikallisesta sanomalehdestä löysin kilpailujen aikana alkajalouutusten seasta kymmenen sentin kirjoituksen nykyisin Italiaa edustavasta Natalia Valeevasta. Olihan hän sentään yksi varmimmista ennakkosuosikeista. Sanomalehtikatsauksiani kuitenkin vaikeuttivat aloittamatta jääneet italian kielen opintoni.

Pudotuspaikkojen metsästys.

Ensimmäisenä pudotuspaikoista lähtivät taistelemaan juniorit eli Tuomas ja Taru niinkin varhain kuin aamulla klo. 9.00. Harjoitusnuolien perusteella näytti, että kilpailusta tulisi kaikkien aikojen kovatasoisin. Seurasin mm. kuinka viereiseen tauluun amputut jenkki naputteli kympejä tasaisen varmasti, mutta kun pisteiden laskeminen aloitettiin nähtiin aivan kuin nuolet olisivat tuuman verran pidempiä. Tuomas sen sijaan aloitti kilpailun mallikkaasti ja keskivaiheen pienen notkahduksen jälkeenkin hän oli koko alkukierroksen ajan vahvasti pudotuspaikassa kiinni. Yksi kisan päätavoitteista tuli siis saavutettua ja olimme molemmat vielä sitä mieltä, että onneksi jäi paranneltavaakin pudotuskierroksille.

Tyttöjunioreissa oli mukana 32 ampujaa, joten alkukierroksella karsittiin 16 parasta jatkoon. Taru ylsi kauden parhaimpaansa, mutta edes tiukka loppukiri ei riittänyt vaan hän jäi 8 pisteen päähän jatkopaikasta. Jos mukana olisi ollut yksikin ampuja lisää Tarun pudotuspaikka olisi ollut täysin selvä. Arvokisoissa harvoin pystytään venymään omiin ennätyksiin, joten kauden paras tulos on jo tyydyttävä saavutus. Hyvään suoritukseen ylsi myös naisedustajamme Mari, joka keikkui koko kilpailun ajan pudotusviivan tuntumassa, mutta jäi parilla pisteellä jatkopaikan ulkopuolelle.

Koska kilpailuissa oli yhteensä 12 eri henkilökohtaista sarjaa ja ammuntahalli oli pienempi kuin mm. Oulun oma ylpeys, niin alusta asti oli selvää, että aikataulut eivät pitäisi paikkansa ja ammuntaviivan takana olisi ahdasta. Venyvistä aikatauluista huolimatta järjestäjät saivat vedettyä kilpailut varsin mallikkaasti ja oli huomattavaa, että koko järjestelyorganisaatio oli hoidettu kahden kuukauden varoitusaajalla, sillä alun perin kilpailut oli tarkoitus järjestää Napolissa.



Miesten tähtäinjouksen MM-mitalikolmikko: kultaa M. Frangilli Italia, hopeaa B. Johnsson USA ja pronssia K. Akbal Turkki. Firenzen MM-kisoissa ei ollut ainuttakaan suomalaista jousiampujaa aikuisten kisaviivalla.

Finaaleissa yleisö vahvasti mukana

Pudotuskierrosten finaalien aikana kovaäänisimmät kannustusjoukot oli koonnut Puola ja tietysti isäntämaa Italia. Miesten joukkuepronssiottelussa oli katsomossa suuren urheilujuhlan tuntua ja Italialaiset jalkapallohymnit raikuvat katsomossa kuin maajoukkueen otteluissa konsanaan. Ikävää oli tosin huomata, että välillä kannustamisella yritettiin myös häiritä vastustajan suoritusta eikä ainoastaan tsemptata omaa suosikkia.

Liekö ollut kannustusjoukoista apua, sillä Puola oli kilpailuissa vahvasti mukana taistelemassa finaaliapaikoista useammassa sarjassa. Naisten finaaleissa aikaisemmin tuntematon Puolan Agata Bulwa haastoi Italian venäläisen vahvistuksen Natalia Valeevan, jolle voisi myöntää myös maailman nopein ampuja-tittelin. Kampailu venyi uusintanuolille ja sen ratkettua ammutakoneen tarkkuudella nuolia niputtanut Valeeva hymyili varmasti ensimmäistä kertaa koko kilpailun aikana.

Myös miesten finaaleissa oli saapasmaalla edustajansa. Maailmanennätysmies Frangilli oli ammuttaviivan takana kuin leppoisa naapurin isäntä, tosin välillä aika rauhaton kävellessään parin metrin ympyräänsä edes takaisin. Tarpeen tullen hän oli kylmähermoinen kuin mafian apupoika: säälimättä Frangilli niputti kympejä juuri silloin kun niitä tarvittiin. Yhdysvaltain Johnsonin ei auttanut kuin olla tyytyväinen hopeamitaliinsa. Pronssiottelussa yllätyksestä vastasi Turkin Akbal, joka varmasti oli saanut roimasti itseluottamusta ensimmäiseltä kierrokselta, jonka jälkeen alkukilpailun paras Yhdysvaltain Wunderle oli joutunut pakkaamaan kamansa.

Palkintoseremonioissa koko urheiluhalli raikui erityisesti Italian kansallislaulun soidessa. Tuossa vaiheessa oli jokaisella Suomen joukkueen jäsenellä hyvin mielessä kyseisen kappaleen melodia: Tuomas piti alkukierroksen aikana musisoinnillaan huolen siitä, että jokainen Suomen joukkueen jäsen muistaa Italian kansallislaulun melodian varmasti koko loppukänsä. Jäimme vielä odottamaan, milloin Tuomas esittää yksinlaulunsa koko biisin alusta loppuun italiaksi...

Juniorit ja seniorit samoihin kilpailuihin

Kilpailujen aikana oli paljon puhetta, että kannattaako samaan aikaan järjestää junioreiden ja aikuisten MM-ottelut. Tulevaisuudessa MM-hallikisat on tarkoitus järjestää yhtä molemmille aikaa, ja etenkin nuorille se on hieno kokemus päästä samoihin kisoihin esikuviansa kanssa. Järjestöorganisaatiolle sen sijaan tulee runsaasti lisää päänvaivaa järjestää alkukierrokset, finaalit ja joukkuekilpailut saman viikon aikana, sillä mikään ei saisi mennä pieleen, että kilpailut säilyvät aikataulussa. Päättäjäsissä nähtiin tällä kertaa ennätyksellisen suuri mitalistien katras: arviolta yli 80:lla ampujalla oli jonkinlainen mitali kaulalla roikkumassa.

Kilpailuista tuli koko pienelle joukkueellemme mielenkiintoinen oppimiskokemus ja sen kiteytti eräs ampujista kilpailun jälkeen sanoin: "Pitäis päästä kotiin reenaan...". Koska kansainvälisen tason mestaruudet ratkotaan kaikki pudotuskierröksin, tulisi myös junioreilla olla mahdollisuus kotimaassa ottaa mittaa ikäluokkansa parhaimmiston kanssa kyseisessä kilpailumuodossa. Toivottavasti koko juniorikaarti saisi tähtäimensä kevään aikana kohdalleen ja kesän EM-kisoissa olisi Suomella edustus myös joukkuekisassa. Mielellään näkisi myös aikuisten mitteloissa Kiinassa palkintopallilla suomalaisväriä, ettei ole tullut lupailtua liikaa...

Joukkuetta luotsannut Simo Silander

UUSIA SUOMEN ENNÄTYKSIÄ:

SISÄAMMUNTA

N50

18 m (60 nuolta)

Aila Laurila Diana-57 510

6.1. 2001

MT

18 m (60 nuolta)

Jari Haavisto PJA 593 4.2. 2001

M50V

18 m (60 nuolta)

Pertti Raivio Zirko 533 17.2. 2001

M

18 nuolen ottelu

Jari Lipponen PoJo 180 17.3. 2001

NT

12 nuolen ottelu

Anna-Liisa Tuutuu WT 118 18.3. 2001

MT

18 nuolen ottelu

Jari Haavisto PJA 180 18.3. 2001

TAULUAMMUNTA

N

70 Metrin Kierros (72 nuolta)

Kaisa Suutari Piili 615 27.5. 2001

P18

70 Metrin Kierros (72 nuolta)

Tuomas Määttä PoJo 622 27.5. 2001

NT

70 Metrin Kierros (72 nuolta)

Sirkka Sokka-Matikainen Zirko 666 27.5. 2001

MT

Ottelut yht. (36 nuolta)

Tapio Paaso OJM 344 27.5. 2001

M50T

70 m

Teuvo Arbelius OJM 342 27.5. 2001

M50T

70 Metrin Kierros (72 nuolta)

Teuvo Arbelius OJM 670 27.5. 2001

P15T

70 Metrin Kierros (50 m)

Kari Lehti LaVa 640 27.5. 2001

MV

70 Metrin Kierros (50 m)

Pertti Raivio Zirko 638 27.5. 2001

M50V

70 Metrin Kierros (50 m)

Pertti Raivio Zirko 638 27.5. 2001

Onnittelut kaikille!

www.jousiampujainliitto.fi

Liiton [www-sivujen](http://www.jousiampujainliitto.fi) uusi salasana on:

LAVAT

Käyttäjätunnus on yhä jousiampuja.
Älä anna salasanaa seurasi ulkopuolisille!

Italian MM-kisojen tulokset voit lukea [www-osoitteesta: http://www.fitarco-italia.org/firenze](http://www.fitarco-italia.org/firenze)

VENYTTELY

Harjoittelu

Harjoittelun tavoitteena on virittää elimistö parhaaseen mahdolliseen suorituskuntoon. Elimistön kehitys ei ole pelkästään harjoittelua, vaan se on harjoittelun, levon ja huollon välinen suhde; rasitus antaa elimistölle kehityksärytmiä ja levon aikana tapahtuu varsinainen kehitys ja elimistön huolto. On muistettava, että lihakset kasvavat vain levossa harjoittelun jälkeen ja ellei huolto - ravinto, terveyden ylläpito, lihahuolto, uni, jne. - ole hoidettu, ei elimistössä tapahdu tavoitteena olevia positiivisia muutoksia.

Keinoja elimistön palautumisen nopeuttamiseksi:

- Kuormituksen vaihtelu
- Selkeän päivärytmin luominen
- Oikea ravitsemus
- Venyttely
- Hieronta
- Sauna
- Rentoutusharjoitukset
- Riittävä uni

Venyttelyn tarkoitus

Venyttely kuuluu olennaisesti liikuntaan, koska se

- harjoittelun jälkeen nopeuttaa palautumista,
- ehkäisee lihaskipuja,
- pienentää loukkaantumisriskiä,
- parantaa liikelaaajuutta,
- parantaa verenkiertoa,
- parantaa tasapainoa,
- tutustuttaa sinut omaan kehoosi ja
- auttaa rentoutumaan.

Lihakset tarvitsevat venyttelyä; suuri osa kaikista urheiluvammoista voitaisiin ehkäistä venyttelemällä lihaksia kunnolla, pitämällä ne joustavina. Harjoittelussa lihas supistuu ja ilman venyttelyä lihakset kutistuvat ja kiristyvät. Lyhentyneet lihakset saattavat aiheuttaa kipuja, liikeradat lyhentyvät ja koko ryhti saattaa huonontua. Jos lihakset ovat kireät et selviydy liikunnan rasituksista ja ponnistuksista. Säännöllinen venyttely lisää liikelaaajuutta ja tekniikkasuorituksien takia tarvitaan ainakin minimiliikelaaajuutta. Venyttelyn olisi hyvä olla osa jokapäiväistä rutiinia, oli sitten treenipäivä tai ei. Venyttely sopi parhaiten iltapuuhin, rauhoittumiseen ennen nukkumaan menoa, mutta voit aina valita minkä tahansa itsellesi sopivan ajankohdan, tärkeintä on, että teet harjoitteet.

Staattisen venyttelyn periaate:

Staattiseen venytykseen kuuluu venyttäminen siihen pisteeseen, että lihaksessa tuntuu kiristystä, sitten pysyttely tuossa pisteessä määrätyn ajan (kunnes jännitys tuntuu laukeavan). Voit pysyä tässä venytyksessä noin 60 sekuntia, suunnilleen sen verran lihakselta kuluu mukautumiseen ja sitten rentoutumiseen.

Venyttymisrefleksi on kehon luontainen mekanismi, jonka tarkoituksena on suojella lihaksia. Kun kudokset venyvät liikaa, automaattinen viesti käskää lihaksia supistumaan ennen kuin tapahtuu vahinko. Jos venytät liian pitkälle käynnistät venyttymisrefleksisi eli saat aikaan supistuksen juuri niissä lihaksissa, joita yrität venyttää.

VENYTTELYT ERI AJANKOHTINA

Ennen harjoittelua

Ennen hölkkää, lihaskuntoharjoittelua ja ampumista olisi hyvä suorittaa lämmittävä venyttely. Venyttelyä ennen on kuitenkin lämmiteltävä lihaksia, sillä kylmiä lihaksia ei saa koskaan venyttellä! Lämmittävä venyttely kestää noin 15 - 20 sekuntia kerrallaan ja alkuvenyttelyn aikana huomaa, onko lihakset kunnolla lämmenneet vai tarvitsevatko ne lisää lämmittelyä. Alkulämmittelyn ja venyttelyn tarkoituksena on ennaltaehkäistä vammojen syntymistä.

Heti harjoittelun jälkeen

Heti harjoitusten jälkeen ei ole hyvä venytellä liian pitkään tai kovasti, koska silloin lihas suojaautuu supistumalla. Kipeät lihakset palautuvat ensi vaiheessa parhaiten, kun niiden annetaan olla levossa. Tämän jälkeen on kuitenkin hyvä venytellä kipeää lihasta vähän ja hyvin kevyesti. Kevyt venyttely palauttaa kiristynyttä lihaksistoa normaaliin pituuteen.

Muutama tunti harjoittelun jälkeen

Palauttava ja pidentävä venyttely tehdään muutama tunti harjoituksen jälkeen. Venytys kestää silloin n. 1-2 minuuttia. Näin kannattaa käydä läpi koko keho niin, että kaikki lihakset saavat venytystä.

Ennen kuin aloitat venytykset, on tärkeää muistaa seuraavat seikat:

1. Lämmittele kohottaaksesi kehon lämpötilaa ja saadaksesi lihakset taipuisammiksi, lämmitellyt lihakset venyvät helpommin ja turvallisemmin. Jos sinulla ei kuitenkaan ole aikaa lämmitellä, on oltava erityisen varovainen, ettei venytä liikaa.
2. Etene hyvin hitaasti koko venytysvaiheen läpi, liikkeen lopettaminen mukaan lukien. Jokaisen venytysliikkeen tulisi tuntua miellyttävältä, älä koskaan ylitä kipukynnystä.
3. Hengitystekniikka ei ole kovinkaan tärkeä, kunhan vain muistat hengittää!
4. Tunne venytys lihaksissa, ei nivelissä, jänteissä tai nivelsiteissä.
5. Muista että jos venyttely aiheuttaa kipua, lopeta se heti! Venyttele joka päivä.

Venyttelyharjoituksia:

Niska kannattaa aina venytellä kunnolla, ettei niska jäykisty, jolloin ampuminenkin jäykistyy.

Paina poski olkapäähän, veny-tä, siirrä leukaa rintaanpäin ja venytä. Paina päätä kädellä ke-vyesti venytyksen tehostami-seksi.

Venytä rintalihaksia painamalla kättä seinää vasten. Etsi sopiv asento ja varmista, että lihas todella venyytyy, mutta varo, et-tet venytä liikaa.

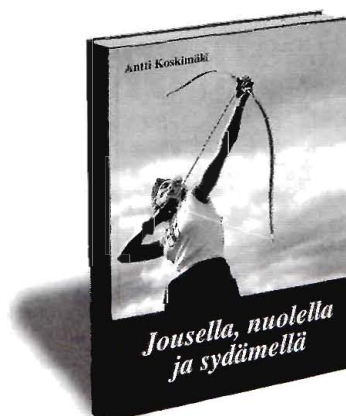
Edellä on vain muutamia venyttely-ohjeita, mutta voit aina keksiä niitä lisää, kunhan vain aina muistat olla varovainen.

Selkää voi venytellä esimerkiksi seu-raavasti: Istu lattialle ja laita toinen jal-ka koukkuun, ota jommalla kummalla kädellä kiinni koukistetusta jalasta ja työnnä jalkaa eteenpäin. Voit kokeilla tätä myös kepin avulla, jolloin molem-mat puoliskot venytyvät yhtäaikaan.

Pohkeet ja reidet tarvitsevat aina kun-non venytyksen. Reidet voit venytellä seisoen, mahallaan tai taivuttamalla selkää lattiaa kohti, kun reisi on poh-keen päällä lattiaa vasten.

Jalkojasi voit venytellä mös siten, että istut lattialle, laitat jalat haralleen ja painat ylävartaloasi selkää suorana kohti lattiaa.

OSTA JOUSELLA, NUOLELLA JA SYDÄMELLÄ -KIRJA!



90mk
+ postikulut

Kirja kertoo suomalaisen jousiammunnan tapahtumista ja osajiista, harrastuksemme alkuvuosista aina tähän päivään asti. Kirjassa on yli 360 sivua, joka sivulla jotain mielenkiintoista! Kirja maksaa nyt vain 90mk! Tilaa se heti liiton toimistosta puhelimitse 02-6271230.



Ensiaskel-kisa ammutaan Järvenpäässä. Kuva viime vuoden kilpailuista.

ENSIASKEL KILPAILUTAA JUNNUJA

Kun junnulle antaa jousipyssyn ja mukaan lisää tietoa ammunnan perusasioista, alkaa ampujakokelas yleensä samantien vertailla osumiaan kavereidensa tuloksiin. Jousiammunta on kilpailulaji - alkeista lähtien. Pelkästään junnuille suunnattuja jousiammuntakilpailuja ei ole koskaan liikaa. Sherwood Shopin toimitusjohtaja Esko Salminen sekä Järvenpään Jousiampujat puheenjohtajanaan Keijo Kallunki ovat kehittäneet junnuille suunnatun, vuosittain ammuttavan Ensiaskel-jousiammuntakilpailun. Ensiaskel-kisan idea on omaperäinen ja toimiva. Kilpailuun voi osallistua kuka hyvänsä jousiammunnan alkeet tunteva alle 15-vuotias. Sarjat ovat 12- ja 15-vuotiaille tähtäin-, talja- ja vaisto-jousiampujille. Mukaan voi osallistua seurojen lainajousilla.

Ensiaskel opettaa, kuinka juoni kulkee jousiammuntakilpailussa. Nuoret ampujat saavat tarvittaessa neuvoja vielä kisaviivallakin. Sinänsä kaikki suoritetaan sääntöjen puitteissa: alussa tarkistetaan välineet, ja kolmen nuolen sarjat ammutaan normaalin kahden minuutin aikarajan mukaan. Tänä vuonna Ensiaskel järjestettiin kolmatta kertaa. Kisa ammuttiin 4.3. Järvenpäässä. Mukana oli jo 24 kilpailijaa, joista kauimmat matkalaiset saapuivat Äetsästä. Ilmeet palkintokorokkeella ja muillakin sijoilla kertovat junnukisojen innostuksesta. Ensiaskel-kilpailu näyttää konkreettiset alkuaskeleet jousiammuntaan kilpailu-urheiluna.

Jousiampujalehti / Mikko Kervinen Järvenpään Jousiampujat



MAASTOLEIREILLEN KIIKOISISSA

Toukokuun ensimmäisenä lauantaina puolenpäivän tienoilla kasvoi jousiampujien suhteellinen lukumäärä asukasta kohti äkisti Kiikoisissa. Alkamassa oli nimittäin maastoryhmän leiri Kalkkunavuorella, ja 16 innokasta jousiampujaa karautti peltiratsuneen paikalle. Joukossa oli ilahduttavan paljon myös uusia kasvoja, kuten oululaiset Marko ja Tero, jotka ensi kertaa pääsivät kurkistamaan maastoammunnan maailmaan.

Syötyämme tukevasti lähdimme kiertämään maastorataa. Kokemattomampien maastoampujien kanssa samassa ryhmässä oli aina kokeneempia, jotka jakoivat auliisti tietoaan ja paljastivat niksit mm. matkan mittauksessa ja taulukoon tunnistuksessa. Tosin tässäkin eräät oppivat vasta kantapään kautta... Aamupäivän pilvinen sää vaihtui onneksi aurinkoiseksi, vaikkakin hieman viileäksi kevätpäiväksi, joka valitettavasti sai myös hyttyset liikkeelle: ainakin allekirjoittanut menetti viikonlopun aikana kohtuuttoman paljon verta jättihyttysten hyökkäysten seurauksena.

Luantain aikana ehdittiin kiertää koko rata. Uudet tulokkaat pärjäsivät mainiosti (tietävästi ainoastaan yksi nuoli hukkui lampeen;) ja kehittyivät jatkuvasti, ja kokeneemmatkin löysivät ehkä jotain uutta vaihtamalla tietoja ja mielipiteitä toisten ampujien kanssa.....

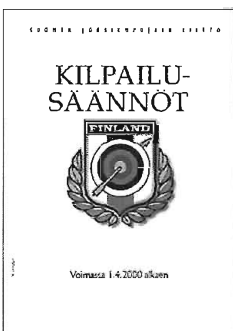
Illalla paistettiin makkaraa ja saunottiin sekä tietysti juteltiin mukavia ja nautittiin - onhan maastoryhmässä tunnetusti hyvä henki. Päivän jo vaihtuessa sunnuntaiksi alkoi väki vähitellen vetäytyä nukkumapaikkoihinsa kuka minnekin. Viljasen Anne päätti ottaa kaiken irti leirilämästä ja nukkui teltassa.

Sunnuntaina joukkomme sai vahvistuksia, kun Nevalaisen Hannu ja Kankaanpään Seppo liittyivät seuraan. Seppo katsoi ja korjaili tekniikkaamme; monet saivat häneltä varmasti hyödyllisiä ohjeita kehittyäkseen entistä paremmiksi ampujiksi.

Mutta kuten kaikki aikanaan, myös leirin täytyi loppua joskus, vaikka pitempäänkin olisi Kalkkunavuorella viihtynyt. Kaikkiaan leiri oli varmasti hyödyllinen. Luulenpa, että jokainen leiriläinen oppi viikonlopun aikana jotain uutta, osa suurempia asioita, kuten Tero, jolle opetettiin tiedostamatonta laukaisua, ja osa vähän pienempiä. Nyt jääme odottamaan, milloin pohjoisessa järjestetään ensimmäiset maastokisat.

Lopuksi on kiitosten vuoro. Leiriläiset haluavat lausua ison kiitoksen Hirvikosken Seijalle, joka piti meidät hyvissä ruuissa koko viikonlopun, vanhalle isäntäpariskunnalle Jormalle ja Liisalle, joiden kesäpaikka tarjosi loistavat puitteet leirille, Sepolle, joka osaavasti hioi tekniikkaamme ja liitolle, joka antoi avustusta leirikassaan.

Jousiampujalehti / Anne Laurila Robin Hood



HANKI JA OPETTELE KILPAILUSÄÄNNÖT

Jokaisen joka kilpaillee jousella kansallisilla kisakentillä tulisi myös hallita kilpailusäännöt. Osta SIAL:n sääntökirja ja opettele säännöt niin tiedät miten kisoissa sinun tulee eri tilanteissa toimia.

40mk
+postikulut

Tilaa sääntökirja itsellesi liiton toimistosta puh. 02-6271230.



Jousiammunnan historiaa lyhyesti

Ihmisen ensimmäinen suuri keksintö oli tuli. Se muutti hänen elämänsä täysin, koska hän oppi keittämään ruokaa, pitämään itsensä lämpimänä, karkottamaan villieläimiä ja valaisemaan yöttään. Toinen keksintö, pyörä auttoi häntä siirtämään varsin vaivattomasti suuria taakkoja paikasta toiseen. Kolmannen suuren keksinnön, jousen ja nuolen, hän tarvitsi ravinnon hankkimiseen ja itseään suurempia, vahvempia ja nopeampia eläimiä vastaan taistelemiseen. Lisäksi jousi ja nuoli olivat pelottava ase ihmisten keskinäisissä taisteluissa tuhansia vuosia. Vasta musketin keksiminen vuonna **1520** teki jousesta enemmän kilpapakentille kuuluvan välineen.

Kivisiä nuolenkärkiä on löydetty Afrikasta noin vuodelta **50000 eKr.** Lyhyt jousi oli todennäköisesti parempi ase metsäisessä maastossa kuin keihäs. Tuolta ajalta ei ole löytynyt jousia tai nuolia. Ilmeisesti rikkoutuneet jouset päättyivät nuotioon.

25000 - 18000 eKr. Aluksi nuolen kärki kovetettiin tulesa. Sitten opittiin käyttämään piikivistä muotoiltua kärkeä, joka upotettiin nuoleen tehtyyn koloon ja sidottiin jonkin eläimen janteella kiinni.

18000 - 6000 eKr Saksasta on löydetty nuolia ajalta 9000 eKr ja Tanskasta noin 2000 vuotta nuorempia jousia. Ne on valmistettu marjakuusesta ja tilleri on huomioitu kuten nykyisissä jousissakin. Egyptistä on löydetty jousiampujaa kuvaava kalliopiirros vuodelta 7500 eKr (KUVA, kalliomaalaus egyptiläisestä jousiampujasta)

6000 - 3000 eKr Italian ja Itävallan väliseltä jäätiköltä löydettiin syyskuussa 1991 45-vuotiaan miehen ruumis. Se ajoitettiin vuoteen 3300 eKr. Mies oli pukeutunut nahkavaatteisiin ja kengät oli täytetty heinillä. Mukaan hänellä oli mm. nuoliviini, jossa oli 14 piikärkistä puunuolta. Nuoliviinissä oli suojaläppä estämässä sulkia kastumasta.

3000 - 1000 eKr Egyptiläiset kehittivät yhdistelmäjäousia, jotka on valmistettu puusta ja lapojen päihin janteella ja liimalla kiinnitetystä eläimen sarvesta. Janteeton jousi oli kuin C-kirjain. Jousen pituus oli 62" - 68". Jänteen laittamiseen tarvittiin kaksi ihmistä. Ruokonuolet olivat hyvin keveitä (10 - 15 g) ja niiden kantama reilut 350m. Nuolten pituus oli 34" - 37" ja sulitus kolmisulkinen 3" pitkä. Sen aikainen armeija oli suojaaton moista hirmuasetta vastaan.

Kiinassa ylhäisten lapsille oli erikoiskouluja, joissa opetettiin matematiikkaa, jousiammuntaa (myös varsijousi) ja kirjoittamista.

490 eKr Marathonin taistelussa 11000 peitsin miekoin ja haamiskoin varustautunutta ateenalaista sotilasta löi Persian 15000 jousimiehen armeijan. Persialaiset menettivät 6400 miestä ja ateenalaiset vain 192 taistelijaa. Legenda mukaan nopea viesti persialaisten hyökkäyksestä Marathonin antoi ateenalaisille aikaa valmistautua hyökkäyksen torjumiseen. Tuotuaan viestin Marathonista 42 km:n päähän Ateenaan viestintuotja kaatui kuolleena maahan. Ilmeisesti tämä oli ensimmäinen maratonjuoksu.

360 eKr makedonialaiset hevosin liikkuvat jousimiehet tukivat muun ratsuväen taistelua.

260 eKr Hannibalilla on komennossaan ratsain liikkuvia jousimiehiä.

22leKr Kiinan keisari teetti 6000 miehen terrakotta-armeijan, jonka asistuksena oli mm. varsijousia. Varsijousten rungon pituus on 720mm ja laukaisukoneisto on valmistettu pronssista. Jousten kantama on noin 800 m ja jäykkyys 190 - 380#.

432 jKr Attila, hunnien kuningas hyökkää hevosilla liikkuvien jousimiehin Roomaan.

1066 Hastingsin taistelussa Englannin kuningas kaatuu silmään osuneesta nuolesta. Taistelussa voiton vie normannien kuningas William.

1100 Henry I antaa julistuksen, jonka mukaan jousiammuntaharjoituksissa toisen harjoittelijan tappanut on syyllistynyt murhaan.

1208 Tsingis Kaanista tulee Mongolian hallitsija. Mongolit olivat erinomaisia hevosin liikkuvia jousimiehiä. Ampuessaan he seisovat jalustimilla, jolloin pystyivät ampumaan mihin suuntaan tahansa. Jousina heillä oli 70 - 160# yhdistelmäjäousia, joiden tehokas alue oli noin 270 m ja kantama 500m. Jänne pidettiin peukalon ympärillä olevan renkaan takana. Haamiskattomilla taistelijoilla oli silkkiset alusvaatteet pienentämässä mahdollisen nuolen osuman aiheuttamaa vauriota. Löysä silkki kiertyi nuolen kärjen ympärille estäen nuolta leikkautumasta ihoon. Nuoli saatiin "kätevästi" irti paidasta vetämällä. Ilmeisesti myös infektioiden vaara pieneni. Mongolien taktiikka oli hyökätä pienellä joukolla vihollisen kimppuun ja houkutella se peräänsä valmiiksi rakennettuun ansaan. Suurimmillaan mongolien valta ulottui Itävallasta Venäjän ja Kiinan läpi Vietnamiin ja Koreaan.

1252 Englannin oikeus päättää, että kaikkien 40 - 100 shillingin edestä maata omistavien on hankittava itselleen miekka, tikari, jousi ja nuolia. Alle 40 shillingin edestä maata omistavien on hankittava jousi ja nuolia. Laki koski kaikkia 15 - 60 vuotiaita miehiä.

1307 Wilhelm Tell joutuu ampumaan omenan poikansa pään päältä varsijousella kieltäytyttyään kumartamasta alamaisuuden osoituksena pylväälle, jonka päässä oli hattu. Tarina kertoo Wilhelmillä olleen vyöhön piilotettuna toinen nuoli. Mikäli ensimmäinen olisi osunut poikaan, hän olisi ampunut toisella upseerin, joka komensi hänet ampumaan omenan poikansa pään päältä.

1333 englantilaista pitkää joustia käytetään ensimmäistä kertaa menestyksellä Halidon Hillin taistelussa. 2000 englantilaista jousimiestä voittaa 22000 skottilaista ratsumiestä.

1415 Agincourtin taistelussa Ranskan 60000 miehen armeija hyökkäsi Englannin 6000 jousimiehen kimppuun. Eräiden laskujen mukaan ranskalaisia kuoli 10000 ja englantilaisia 100.

1440 Kuvassa maalaus läpiampuvasta jousesta, jonka jänne on jaettu eräiden nykyaikaisten taljajousien tapaan, jolloin kaapelinojain on tarpeeton. (KUVA, läpiampuva jousi)

1450 Vanhin säilynyt ballaadi Robin Hoodista. Vielä nytkin toisen nuolen sisään ammuttu nuoli on nimeltään Robin Hood.

1450 Genoese kehitti jäykän (1200#), hitaasti toimivan teräslapaisen varsijousen, jonka kantaman kerrotaan olleen 450 jaardia. Jousen massa oli noin 10 kg, eikä kestäviä jänteitä kyetty valmistamaan.

1457 Englannin kuningas James II esitti säädöksen, jolla jalkapallo ja golf kiellettiin, koska ne haittaavat jousiammunnan harjoittelua.

1477 Edward IV kielsi säädöksellä kriketin peluun jousiammuntaa haittaavana.

1492 Leonardo da Vinci suunnitteli varsijousen työskennellessään piirityksinsinööriin Ranskan kuninkaan hovissa

1500 - 1550 ilmestyy uusia balladja Robin Hoodista. Neiti Marion on ilmeisesti lisätty tarinoihin myöhemmin, koska alkuperäisissä häntä ei ole. Kuvassa on nuolia 1500-luvulta. Puolikuun muotoinen kärki oli tarkoitettu

laivastotaisteluihin katkomaan köysiä. Pieni kolmikulmainen kärki läpäisi metallilenkeistä kootun haarniskan.

1508 varsijousi kiellettiin Englannissa, jotta pitkällä jousella ammuttaisiin enemmän. (ks. kuvan varsijousta)

1520 Henry VIII esitteli Ranskan kuninkaalle taitoaan jousiampujana ampumalla useita kertoja peräkkäin keskelle taulua 220 metrin päästä. Samana vuonna keksittiin musketti, joka myöhemmin syrjäytti jousen sota-aseena. (KUVA, Henry VIII ampuu pitkällä jousella)

1521 kenraali Cortes varsijousimiehiin tekee valloituksia Meksikossa.

1545 kuningas Henryn lippulaiva Mary Rose uppoaa Portsmouthin edustalla. Vuonna 1982 alus löydetään uudelleen. Laivassa oli mm. 100 marjakuusesta valmistettua joustia, jotka ku muotoiltu D-kirjaimen muotoisiksi. Pintapuu oli ulkopuolella ja sydänpuu sisäpuolella joustia. Tällainen luonnollinen laminointi toi jouseen jännevyyttä ja kestävyyttä. Laivassa oli myös nuolilaatikoita, joissa oli 24 nuolta kussakin toisistaan eroteltuina, etteivät nuolten hahensulat painuisi kasaan. Saarnesta valmistettujen nuolten pituus oli 80 cm ja paksuus 10 mm. Nuolten kantama 90# jousella oli noin 250 m. Kokenut ampuja pystyi ampumaan 12 nuolta minuutissa ampuen korkeintaan yhden nuolen ohi noin 220 m:n päässä olevasta ihmistä esittävästä taulusta.

Roger Ascham julkaisee kirjan Toxophilis. Se on ensimmäinen englanninkielinen jousiammuntakirja.

1595 Jouset vaihdetaan Englannissa musketteihin sota-aseina.

1673 Ammuttiin ensimmäisen kerran vanhin vielä nykyisin vuosittain ammuttava jousikisa, Ancient Scorton Arrow.

1679 ammuttiin ensimmäisen kerran Clouttia 163 - 180m päästä 31" halkaisijaltaan olevaan tauluun.

1798 Sultaanin Selim ampuu Konstantinopolin kevätkarnevaaleissa pituusammunnan uudeksi ennätykseksi 972 jaardia. Monien vieraiden joukossa asiaa on todistamassa myös Britannian suurlähettiläs ja innokas jousimies Sir Robert Ainslie. Ennätys säilyi lähes 200 vuotta. Sulttaanin määntä valmistetun nuolen pituus oli 24,45", pieni nokki oli päihinäpuuta ja kärki luuta. Sulitus oli kolmisulkaisten hahnen vasemmasta siipisulasta valmistettu. Nuolet ja nuolentekijät olivat silloin suuressa arvossa, koska nuolen valmistus puun kuivatukseen kesti 3 - 5 vuotta. Lyhyen nuolen käyttämisen teki mahdolliseksi jousikäteän kiinnitetty ylivedon sallima teline. Lyhyen yhdistelmäjousten jäykkyys oli hieman yli 100#. Jousen valmistusmateriaaleina olivat ainakin ytimenä vaahtera, sisäpuolelle liimatut vesipuhvelin sarven suikaleet ja ulkopuolelle liimatut lehmän jänteet. Jousi oli kauniisti koristeltu ja öljyllä viimeistely, niin että se hohti kuin kiillotettu kulta.

1872 Ephraim Morton (USA) saa patentin puukahvaiselle teräslapaiselle jouselle.

1900, 1904, 1908 ja 1920 jousiammunta on olympialaisissa.

1913 tehdään mykkäfilmi Robin Hood.

1922 Robin Hood elokuvan päättäjänä on Douglas Fairbanks.

1931 FITA perustetaan syyskuussa Puolassa Lwowin kaupungissa. Perustajamaita olivat Puola, Tšekkoslovakia, Ruotsi, USA, Ranska ja Italia.

1937 USA:ssa käytetään tähtäintä ensimmäistä kertaa kisoissa. Tähtäintä käyttävä ampuja Emil Pikula sijoittuu toiseksi. Yhden nokinpaikan käyttö

jänteessä hyväksytään.

1939 James Easton ryhtyy kokeilemaan alumiininuolten valmistusta. Tätä ennen nuolet olivat kisakentillä teräsnuolia, joita oli vain yksi kaliberia.

1941 Larry Hughes voittaa USA:n mestaruuden alumiininuolilla.

1942 Earl Hoyt perustaa yhtiön Hoyt Archery Co.

1946 Easton tuo markkinoille dural-alumiinisen nuoliputken 24 SRT-X. Sitä on useita järeikkyksiä, joten virittelyä saa uutta puhtia.

1950-luvulla teräsjänne vaihtuu karhulanakaan tai pellavalankaan. Jousiin ilmestyy tuomarien riesaksi hyvinkin monenlaisia klikkereitä aluksi ilmaisemaan vedon pituutta ja myöhemmin poistamaan suorituspelkoa. Suomalaiset Väinö Skarp, Veikko Virta mainitaan erinäin klikkerin kehittäjinä.

1951 Max Hamilton ryhtyy valmistamaan muovisulkiä luonnonsulkiä korvaamiseksi.

1953 Bear myy ensimmäisen kunnollisen vastakaarijousten.

1955 Hyväksytään Helsingissä pohjoismaiden tekemä ehdotus FITA-kierroksen ampumisesta seuraavissa MM-kisoissa. Myös tähtäinlaite hyväksytään.

1958 Eastonin XX75-nuolet tuodaan markkinoille.

1961 Hoytin vakaajat Torque Stabilizers aloittavat maailmanmatkansa.

1963 Pitkä stabilisaattori on ensimmäisen kerran käytössä MM-kisoissa.

1966 Easton ryhtyy myymään X7-alumiiniputkea.

1967 Esitellään ensimmäinen CNC-jyrsintekniikalla valmistettu jousi nimeltään Golden Eagle.

1969 Hollolles Wilbur Allen saa patentin neljä vuotta aiemmin kehittämälleen talja-jouselle, jonka "pyörät" olivat kolmikulmaiset.

1970 Taljajousella kilpaillaan ensimmäistä kertaa Las Vegasissa. Kolmiosaiset palapelijouset tulevat markkinoille.

1971 Flipper-hylly tulee markkinoille. Yorkin MM-kisoissa otetaan lopulta käyttöön 2,5 minuutin aikarajoitus kolmen nuolen ampumisessa.

1972 Miehet ja naiset ampuvat olympialaisissa Münchenissä kaksinkertaisen Fita-kierroksen.

1983 Easton kehittää alumiini-hiilikuitunuolen.

1987 Ranskalainen Beman esittelee hiilikuituisen Diva nuolen, joka on menestys jo syksyn MM-kisoissa Australian Adelaidessa.

1988 Seoulin olympialaisissa on myös joukkuekisa miehille ja naisille. Ammutaan Grand-Fitaa. Nuolena Eastonin ACE on miesten suosikki.

1991 Robin Hood - Varkaiden kuningas filmitään, pääosassa Kevin Kostner.

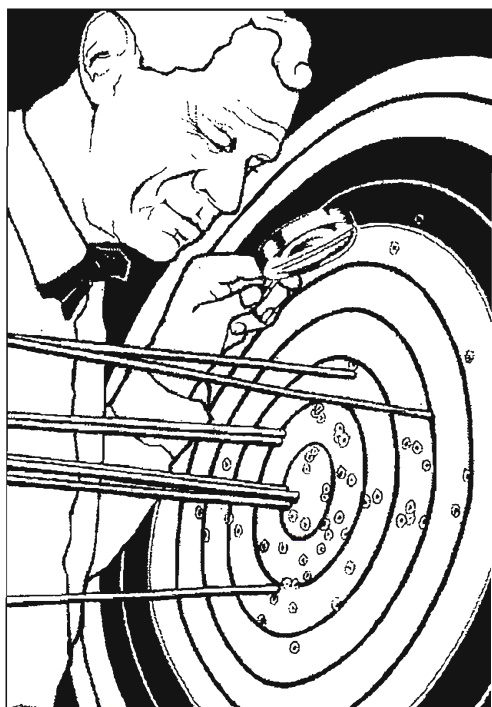
1992 Barcelonan Olympiatulen sytyttää tulinnuolella espanjalainen Para-olympialaisten kaksinkertainen mitalisti Antonio Rebollo. Kisat ratkaistaan pudotuskiroksilla.

1995 Talja oli ensimmäistä kertaa mukana MM-kisoissa. Kisapaikka oli Jakarta Indonesiassa.

1996 Eastonin X10 tulee markkinoille.

2001 FITA:n jäsenmäärä on 127. Viimeisimmät mukaan liittyneet ovat Namibia, Norsunluurannikko, Kamerun ja Vanatu.

Jousiampulehti / Pentti Vikström Oulaisten Sulka



KÄSI- JA VARSIJOUSI METSÄSTYS- JA KILPA-ASEENA

Vaihtuva näyttely Keski-Suomen asenäyttelyssä
Tikkamannilan matkailukeskuksessa

18.5.2001 - 1.4.2003

Jousimetsästys, rata-ammunta, jousenrakennus, Maire Lindholm, Veikko Pöyry, Lasse Nio, Kalevi Juuti, Veikko Virta, Juhani Uusitalo ym.

Tikkamannilan matkailukeskus sijaitsee 16 km Nelostietä Jyväskylästä pohjoiseen. Asenäyttelyn yhteydessä myös kahvila-ravintola Eväsretki, Lahja-Halme ja Kauppmuseo. Lähistöllä myös Keski-Suomen ilmailumuseo ja Kasinhäntä (ilmavoimien hylätyn materiaalin myynti)

Tiedustelut: Jorma Hytönen, puh.014-624920 (työ) tai iltaisin 014-607483 (koti)

TIKKAMANNILAN MATKAILUKESKUS, TIKKAKOSKENTIE 50, 41160 Tikkakoski, 014-3365960

KISATULOKSIA EI RANKING - KILPAILUISTA:

Aluemestaruuskisa 10.3.2001 ????????????????

TIS	1. Perälä Laura	JO-JU	216	237	453
PTIS	1. Pykkä Juha	Diana	280	282	562
P18	1. Kananen Markus	TeJA	259	275	534
2. Lähdesmäki Antti	KU-RY	221	247	468	11 10
3. Känkäkangas Tero	Diana	239	229	468	7 10
4. Tekoniemi Jaakko	TeJA	248	219	467	
5. Korkeamäki Jaakko	TeJA	213	207	420	
P15	1. Perälä Matti	JO-JU	249	263	512
2. Mikkola Visa	Diana	234	261	495	
3. Vainionpää Aki	Diana	218	213	431	
4. Back Tomi	Diana	184	176	360	
5. Peltola Jukka	KU-RY	176	159	335	
P12	1. Mansukoski Antti	KU-RY	230	219	449
2. Peurala Aleksi	TeJA	144	128	272	
N50	1. Laurila Aila	Diana	258	248	506
2. Pollari Kerttu	JO-JU	206	220	426	
N	1. Perälä-Haapa-aho Jaana	JO-JU	234	240	474
M50T	1. Lindroos Aarre	Diana	276	270	546
MT	1. Pykkä Urpo	Diana	276	280	556
M60	1. Jokinen Matti	JO-JU	263	264	527
M 50	1. Laurila Olavi	Diana	283	271	554
2. Kankaanpää Heikki	KU-RY	267	276	543	
3. Pollari Seppo	JO-JU	256	247	503	
4. Viitaoja Matti	Diana	243	238	481	
M	1. Kuivalainen Pentti	JO-JU	287	284	571
2. Haapa-aho Timo	JO-JU	287	275	562	
3. Koskela Harri	JO-JU	282	279	561	
4. Laurila Pentti	Diana	276	284	560	
5. Lindroos Tero	Diana	278	276	554	
6. Kammonen Esa	TeJA	277	275	552	
7. Erkkilä Juha	TeJA	262	272	534	
8. Tekoniemi Antti	TeJA	257	263	520	
9. Viitaoja Juha	Diana	247	253	500	
10. Rinne Jussi	TeJA	249	250	499	

Joukkueet

1. JO-JU
Kuivalainen P, Haapa-aho T ja Koskela H
2. Diana I
Laurila O, Lindroos T ja Laurila P
3. TeJA
Tekoniemi A, Rinne J, Kananen M
4. Diana II
Laurila Aila, Viitaoja J ja Viitaoja M

Ulkopuolella aluemestaruuskilpailun seuraavat ampujat:

T18V	1. Hinkkanen Sanna	Kirma	177	162	339
2. Hirvikoski Niina	Kirma	65	134	199	
T18	1. Myrskyläinen Paula	TeJA	192	182	374
N	1. Koivisto Minna	HA-JA	281	256	537
2. Ahtola Suvii	Virja	253	256	509	
NV	1. Riihluoma Hillevi	Kirma	183	191	374
MV	1. Hirvikoski Jukka	Kirma	239	243	482
2. Hirvikoski Kari	Kirma	237	244	481	
3. Rinta-Kauppi Aleksi	Kirma	235	228	463	
MT	1. Petäjä Jukka	Virja	292	290	582

70 m kierros 28.4.2001 RJA:n talviharjoitteluhalli

Kilpailussa ammuttiin ensin 72 nuolen alkukilpailu, jonka jälkeen ammuttiin pudotuskilpailu ampuja vastaan.

N		36	36	YHT.	1/16	1/8	1/4	finaali
1 Katri Suutari	Piili	314	305	619			103	93
2 Satu Haataja	OTE	291	274	565			96	86
3 Kaisa Suutari	Piili	289	263	552			89	92
4 Pirjo Kivela	PJA	242	258	500			76	83
M								
1 Janne Niskanen	WT	290	303	593		103	94	102
2 Teemu Turunen	Vak-Jo	315	297	612		100	104	98
3 Arttu Perttula	PJA	316	297	613		104	99	107
4 Mika Iittilä	WT	317	313	606	619		94	87
5 Olli Norja	TJA	310	297	607			102	
6 Perttu Ronkainen	PUJO	292	282	574			99	
7 Juha Erkkilä	TJA	285	288	573		144	93	
8 Tapani Jussi	Vak-Jo	276	290	566		139	84	
9 Jari Pajunen	AJA	251	235	486		130		
10 Jarmo Vidlund	AC-Ulvila	259	274	533		127		
M50								
1 Tapio Aalto	PJA	272	285	557				
M50T								
1 Reijo Siivonen	RJA	321	324	645			104	
2 Markku Kivela	PJA	285	295	580			97	
NT								
1 Anne Sjöroos	PJA	321	341	662				
2 Anne Laurila	HOOD	306	323	629				
3 Katariina Hyttinen	NH	309	298	607				
MT								
1 Jari Haavisto	PJA	334	325	659		117	113	114
2 Olli-Pekka Ikonen	AC-Ulvila	315	321	636	160		110	108
3 Reima Siivonen	RJA	328	330	658			111	106
4 Timo Sjöroos	PJA	326	326	652	161	108	107	100
5 Keijo Pirttiavaara	Pu-Jo	317	326	643	158	109		
6 Tommi Lehtonen	AJA	323	317	640	156/9	108		
7 Jarmo Perttula	PJA	333	319	652		107		
8 Markku Vannenkari	AC-Ulvila	313	319	632	157			
9 Jose Wahlroos	RJA	310	315	625	156/6			
10 Tapani Sulonen	AC-Ulvila	288	306	594	152			
11 Veli-Matti Tuomanen	AJA	217	299	516		142		
12 Jukka Petäjä	Virja	334	329	663				
M60T								
1 Pentti Pirinen	PJA	315	315	630			98	106
2 Rauno Eskola	AJA	293	303	596			99	102
3 Unto Nauha	PJA	310	317	627			98	106
Unto Turunen	AC-Ulvila	279	294	573			74	93
T18T								
1 Anu Sulonen	AC-Ulvila	271	273	544				

Zirko 29.4.2001 Maastokilpailu

MT	1. Jaakko Koskenpää	Zirko	340
2. Esa Juntunen	Ri-Jo	325	
3. Pertti Miettinen	WT	294	
4. Pertti Nyyssönen	WT	293	
M50T	1. Olli Saastamoinen	WT	333
2. Kari Patala	TapErä	321	
3. Reijo Wallgren	TapErä	293	
4. Tuomo Leino	NT	277	
M	1. Osmo Rantanen	Artemis	301
2. Pekka Kansanen	TJA	266	
3. Hannu Rautio	Si-Su	244	
4. Mikko Kervinen	JJA	167	
MV	1. Pertti Raivio	Zirko	310
2. Jouko Väinänen	WT	297	
3. Hannu Nevalainen	Ri-Jo	270	
4. Lassi Pircklen	Si-Jo	264	
5. Risto Jylhä	WT	204	
6. Aki Virtanen	WT	199	
7. Ulf Fred	WT	197	
8. Ove Kulla	WT	178	
9. Hannu Hietarinne	WT	127	
10. Olli Virtala	WT	124	
M60V	1. Bo Borgström	WT	240
2. Olavi Pusenius	Zirko	239	
3. Pekka Mertanen	WT	181	
Ragnar Roos	WT	179	
NT	1. Anne Laurila	Hood	328
2. Asta Nyyssönen	WT	286	
NV	1. Anne Viljanen	Si-Jo	270
2. Sirpa Konttila	Zirko	259	
P15T	1. Sampo Hirvelä	Zirko	291
P15V	1. Oskar Mattsson	Si-Jo	161

13. kerran PoNMKY:n järjestämät

KARHUNKAATO-kilpailu Porin Ytyerissä 19.5.2001

24 rastia pohjoismaisiin eläinkuviin

M	1. Pekka Kansanen	TJA	322
MV	1. Hannu Nevalainen	Ri-Jo	298
2. Jukka Hirvikoski	Kirma	296	
3. Risto Jylhä	WT	291	
4. Lassi Pircklen	Si-Jo	282	
5. Ulf Fred	WT	281	
6. Kari Hirvikoski	Kirma	266	
7. Frej Mattsson	Si-Jo	245	
8. Hannu Hietarinne	WT	218	
9. Timo Hietarinne	WT	212	
M60V	1. Pekka Mertanen	WT	310
2. Tapani Säilä	Hood	304	
P15V	1. Oskar Mattsson	Si-Jo	288
2. Frans Veneranta	PoNMKY	251	
NV	1. Anne Viljanen	Si-Jo	289
MT	1. Jukka Kankaanpää	Asella	340
2. Ismo Riihikallio	PoNMKY	328	
3. Reima Siivonen	RJA	325	
M50T	1. Reijo Siivonen	RJA	315
2. Tuomo Leino	NT	285	
M60T	1. Unto Nauha	PJA	327
2. Pentti Piesinen	PJA	308	
3. Unto Turunen	ACU	290	
NT	1. Anne Laurila	Hood	304

M	1. Turunen Harri	Hood	305
2. Ronkanen Perttu	Pu-Jo	277	
3. Kansanen Pekka	TJA	261	
4. Rantanen Osmo	Artemis	258	
5. Kervinen Mikko	JJA	177	
M60	1. Kiskonen Aleksander	Ri-Jo	233
P12T	1. Laaksonen Tomi	Prättä-J	228
M50T	1. Juote Seija	WT	256
NT	1. Laurila Anne	Hood	329
2. Sjöroos Anne	PJA	326	
3. Nyyssönen Asta	Tell	287	
MT	1. Haavisto Jari	PJA	351
2. Koskenpää Jaakko	Zirko	337	
3. Sjöroos Timo	PJA	334	
4. Miettinen Pertti	WT	322	
5. Juntunen Esa	Ri-Jo	312	
6. Rantanen Timo	TapErä	311	
7. Nyyssönen Pertti	WT	280	
M50T	1. Patala Kari	TapErä	326
2. Wallgren Reijo	TapErä	275	
3. Leino Tuomo	NT	267	
M60T	1. Arminen Sakari	Ri-Jo	363
M60V	1. Borgström Bo	WT	216
2. Pusenius Olavi	Zirko	215	
3. Mertanen Pekka	Tell	205	
P15V	1. Mattsson Oskar	Si-Jo	247
P18V	1. Laaksonen Juhamatti	Prättä-J	124
237	2. Saari Aki	Prättä-J	124
NV	1. Viljanen Anine	Si-Jo	255
MV	1. Lindberg Sune	Falcon	288
2. Väinänen Jouko	WT	283	
3. Raivio Pertti	Zirko	279	
4. Nevalainen Hannu	Ri-Jo	274	
5. Pircklen Lassi	Si-Jo	268	
6. Jylhä Risto	WT	206	
7. Fred Ulf	WT	204	
8. Mattsson Frej	Si-Jo	192	
9. Virtanen Aki	WT	173	
10. Hietarinne Hannu	WT	158	
11. Kulla Ove	WT	127	
12. Selesvuo Harri	Zirko	120	

LAPPEENRANNASSA AMMUTTIIN ENSIMMÄISET

Juniori-SM-kisat



P15-sarjan mestarin
Jaakko Alatalon hymy.



JunioriSM:t Lappeenrannassa olivat hienot kisat. Viivalla oli runsaasti innokkaita osallistujia, kisakenttä oli komea ja järjestelyt menivät aivan nappiin!



Saimaan Jousella oli kotikisajensa viivalla todella huikean kokoinen kisajoukkue. On hienoa nähdä, että aktiivinen juniortyö tuottaa tulosta.

Maaliskuun 31 päivänä kokoontui Lappeenrannan urheilutalolle Suomen juniorijousiammuntakaartin parhaat kamppailemaan alle 15 ja 12-vuotiaitten tähtäin-, vaisto- ja taljajousisarjojen SM-mitaleista. Tähän asti oli kisa kulkenut nimellä Junioricup, mutta nyt kilpailu oli saanut uudeksi nimekseen oikein kunnolla Junioreiden Jousiammunnan Suomenmestaruuskilpailut!

Paikalla oli yli 70 nuorta tosi innokasta jousiampujaa yli kolmestakymmenestä seurasta eri puolilta Suomea. Saimaan jousen porukka oli tehnyt valtaisan työn kisojen onnistumisen eteen ja tunnelma olikin alusta alkaen tosi mahtava. Kilpailukenttä oli rakennettu yhtä huolellisesti kuin aikuistenkin arvokilpailuissa, oli lippuja, oli nimet tauluilla, oli selkänumerot ja käsiohjelmat ja kaikki. Fiilis oli katossa koko ajan ja toivottavasti jokainen paikalla ollut junnua on kanssani samaa mieltä, kun totean että näin huolellisesti etukäteen valmisteluihin ja kaikin puolin muutenkin hyvin järjestettyihin kisoihin haluaa tulevaisuudessa yhä useampi juniориampuja osallistua!

Alkukisan jälkeen, vaikka mitalit jaettiin jo kuudenkymmenen nuolen tulosten perusteella, järjestettiin vielä pudotuskisakin, jossa nuoret jousiampujat saivat kokeilla hermojensa pitävyyttä oikein aikuisten mallin mukaan! Kukaan Lappeenrannassa ei varmaankaan voinut olla myös huomaamatta sitä, että Saimaanjousella oli mahtava joukko omia juniориampuja kisaviivalla. Lappeenrantalaisten nuorten runsaus ja ilahduttava kisa-aktiivisuus on varmaankin monen asian summa, mutta uskon vakaasti, että kun seurassa on innokas junnunvetäjä, kuten Paavo Houni on ollut jo vuosia, tulosta myös junnutyössä syntyy.

Kaikissa sarjoissa parhaat voittivat, mutta ehkä huikeinta oli kuitenkin seurata Pojat-15 tähtäinsarjan voittanutta Jalasjärven Jaakko Alataloa, joka otti päättäväisesti heti ensimmäisistä kilpailunuolistaan alkaen sarjan mestaruuden haltuunsa, ampuen kisassa mahtavat 579 pistettä! Kun menin kisan jälkeen ottamaan Jaakosta kuvan tätä Jousiampujalehden juttua varten, ilmoitti hän, pyydettyäni häntä hymyilemään, ettei hymy



kuulunut hänen voittajaimagoonsa. Ehkä Jaakollekin pieni hymy suunpielessä olisi hyvä apu tulevia kisavuosia ajatellen. Viime vuosina on Nuori-Suomi-kamppanjoinnin aikana paljon puhuttu, eikä vain jousiammunnan, vain myös yleisesti junioriurheilun liiallisesta vakavuudesta tyyliin junnun ei pidä kilpailla otsa kurtussa, vaan saada urheilusta myös hauskoja kokemuksia ja elämyksiä! Hyvä jousiammuntasuoritus on kantia vaativa juttu ja kysymykseen, voiko juniorijousiampuja ottaa kilpailemisen liian vakavasti, vastaisin näin: koska jousiammunta on perusluonteeltaan tinkimätöntä keskittymistä vaativa tarkkuus- ja taitolaji, on jousiammuntakilpailun oltava aina tiukka paikka, jossa osaaminen lasketaan aina kympeinä taulussa. kuitenkin tavoitteena osua nuolilla keskelle kymppiä. On ampujasta itsestään kiinni, miten haudan vakavana asiana hän pitää harjoitteluaan ja kilpailemistaan.

Jousiampulehti / Pirkka Elovirta

NUORTEN SM-SISÄKILPAILUT 31.3.2001 LAPPEENRANTA

PIS

1. Alatalo Jaakko	Hau-ve	287	292	579
2. Vesteri Joni	Po-Jo	278	278	556
3. Heikkinen Perttu	Lin-Su	270	270	540
4. Rannikko Mikko	Arcus	256	272	528
5. Utriainen Mikko	Sai-Jo	262	248	510
6. Söderblom Matias	Arche	256	244	500
7. Kenttä Joni	Po-Jo	241	244	485
8. Knuuttila Henri	TJA	211	250	461
9. Suomalainen Panu	Lin-Su	235	223	458
10. Nupponen Jaakko	Sai-Jo	215	224	439
11. Partanen Mikko	Sai-Jo	225	187	412
12. Peltola Jukka	Ku-Ry	210	189	399
13. Lampi Juha	Lin-Su	161	127	288

PI2

1. Pihlaja Antti	Arcus	269	265	534
2. Mansukoski Antti	Ku-Ry	244	247	491
3. Niemelä Joonas	Sai-Jo	235	247	482
4. Tainen Eetu	Piili	219	218	437
5. Lind Tommi	WT	220	216	436
6. Kotonen Ville	Sai-Jo	202	187	389
7. Neuvonen Anssi	Sai-Jo	185	148	333
8. Ollikainen Elmo	Sai-Jo	127	201	328
9. Kiljunen Atte	Sai-Jo	150	177	327
10. Korhonen Joonas	Sai-Jo	159	164	323
11. Koskinen Esa	Sai-Jo	157	99	256
12. Ukkonen Niko	Sai-Jo	72	86	158

PISV

1. Mattson Oskar	Si-Jo	223	252	475
2. Linnamaa Tuomas	Si-Jo	180	181	361

PIST

1. Pylkkä Juha	Diana	283	280	563
2. Sjöroos Jere	PJA	279	279	558
3. Tähtinen Atte	AC-Ulvi	274	275	549
4. Lappeteläinen Tony	Arche	267	265	532
5. Halme Petteri	Arcus	272	256	528
6. Lehti Kari	La-Va	266	256	522
7. Kokki Aleksi	Sai-Jo	256	255	511
8. Toivari Fredrik	Arche	225	220	445

PI2T

1. Hämäläinen Sami	Piili	254	259	513
2. Kulström Rasmus	Si-Su	248	263	511
3. Puisto Jens	Arche	176	128	304

TISM

1. Alatalo Silja	Hau-ve	236	245	481
------------------	--------	-----	-----	-----

TISM

1. Huttu Heli	OJM	257	270	527
2. Leino Noora	Po-Jo	258	242	500
3. Pitkänen Jenna	Lin-Su	254	242	496
4. Himanen Essi	IJA	245	246	491
5. Suni Anna-Kaisa	IJA	232	237	469
6. Kiukas Juuli	Sai-Jo	215	222	437

TISV

1. Isonokari Hanna	Kirma	213	218	431
2. Salmi Piri	Kirma	168	178	346
3. Lähdeniemi Anu	Kirma	162	144	306

TIST

1. Tiilikainen Anu	Lin-Su	260	268	528
2. Nousiainen Mari	Po-Jo	250	239	489

JOUKKUEKILPAILU TÄHTÄINJOUSI

1. Pohjan Jousi	1541
(Vesteri Joni, Kenttä Joni, Leino Noora)	
2. Linnan Sulkka	1494
(Heikkinen Perttu, Suomalainen Panu, Pitkänen Jenna)	
3. Saimaan Jousi	1431
(Utriainen Mikko, Nupponen Jaakko, Niemelä Joonas)	

KILPAILUKITSU

Jousiammuntaseura Arcus järjestää SJAL:n luvalla

4.8.2001 ABOA-RANKING-ROUND

70metrin kierros + ottelukierrokset

(lauantai)

Sarjat: kaikki tauluammuntasarjat, myös vaistoluokka. Ottelukierrokset kaikissa sarjoissa, jossa vähintään 4 osallistujaa.

Kilpailupaikka: Impivaaran jousiammuntarata, Eskonkatu, Nätinnummi, Turku. Opastus Markulantieltä tai netistä

Aikataulu: Harjoitteluammunta 10.00

Kilpailu 11.00

Ottelut 14.00

Kaikki ottelut ammutaan samanaikaisesti, pois lukien miesten ja naisten luokkien kultaoittelut, jotka ammutaan yksitellen.

Osallistumismaksut: aikuisilta 120mk ja junioreilta 80mk. (ei joukkueita)

Ilmoittautumiset: viimeistään 2.8. 2001 klo 22.00

Kilpailumestari Olli Saari puh. 040-8334840 tai 02-2473318

Tervetuloa Turkuun!

www.jousiammuntaseura-arcus.com

KILPAILUKITSU

Helsingin Jousiammuntapiiri r.y. järjestää SJAL:n luvalla

70-metrin kierros

Aika Lauantaina 16.6.2001, klo 11.00, harjoitusammunta klo 10.00.-10.45

Paikka Helsingin Ruskeasuon Jousiammuntakenttä

Luokat Naiset ja tytöt-18 tähtäinjousi ja taljajousi. Miehet ja pojat-18 tähtäinjousi ja taljajousi. Ei joukkueita.

Kilpailumuoto 2x36 nuolta
Pudotuskilpailu kaikille sarjoille.

Ilmoittautuminen:
11.6.2001 mennessä.
Asta Nyssönen
Puh. 040-833 4618
Sähköposti:

Maksut 100 mk (peritään paikanpäällä).

Tervetuloa tutustumaan
vuoden 2001 SM-kenttään.

Helsingin Jousiammuntapiiri r.y.

Ramses järjestää Porvoossa kansallisen

FITA-KILPAILUN 15.7.2001

(sunnuntai)

Kilpailupaikkana on Porvoon jousiammuntarata (laskettelurinteen vieressä)

Kilpailumuotona on Fita-kierros kaikissa SJAL:n virallisissa talja- ja tähtänsarjoissa.

Koeammunta alkaa klo 9.00 ja kilpailu 10.00. Osallistumismaksut aikuisilta 100mk ja junioreilta 50mk. Ilmoittautumiset viimeistään 11.7. 2001 Marja Yrjönmäki puh. 019-637360 tai 050-5430837 tai Onni Grönroos 019-5248153

Tervetuloa Porvooseen!

Huittisten Jousiampujat järjestää SJAL:n luvalla kansalliset tauluammuntakilpailut

HULLUN MIEHEN FITA-KILPAILUN su 12.08.2001

Vanhankosken jousiammuntaradalla Huittisissa

Kaikki SJAL:n luokat, myös minit

Harjoitusammunta klo 9.00-9.45

Kilpailu alkaa klo 10.00

Yhteyshenkilomme:

Seppo Raitanen puh. (02) 561618
tai 040 7244668

Kaisa Hietanen puh. (02) 561014
tai 050 3245727

Kilpailumaksut:
aikuiset 100,-
juniorit 70,-

Huittisten SP tili 445610-49432

Tervetuloa Huittisiin !

OULUN JOUSIMIEHET RY JÄRJESTÄÄ SJAL:N LUVALLA

11.8.2001 Oulu-Ranking 70metrin kierros (EM-esikilpailu)

Kilpailumuoto: Kilpailu on rankingkilpailu, jossa ammutaan 2x36 nuolen karsinta-kierros 70 m matkalta. Niissä sarjoissa joissa on vähintään 4 ampujaa ratkaistaan lopulliset sijoitukset pudostuskilpailussa. (Ikäluokkien ampumamatkat sääntökirjan mukaisesti)

Kilpailupaikka: Hietasaaren Jousiammuntakenttä

Kilpailusarjat: Kaikki SJAL:n tauluammuntaluokat

Aikataulu: Lauantaina 11.8.2001

Välinetarkastus 08.45 – 09.15

Harjoitusammunta 09.00 – 09.45

Kilpailu 2x36 nuolta 10.00

Osanottomaksut:

Aikuiset 120 mk

Juniorit 70 mk Maksut peritään kilpailupaikalla.

Ilmoittautuminen: 6.8.2001 mennessä

Tuomas Polvi,

Taidonkaari IG 55, 90570 Oulu

Puh. 08 – 556 2690, 040 – 533 6096

tai seuran kotisivujen kautta

9.6.2001 Voikukka-kisa 70metrin kierros

(Ranking)

Kilpailumuoto: kilpailu on rankingkilpailu, jossa ammutaan 2x36 nuolen

karsintakierros 70 m matkalta. Niissä sarjoissa joissa on vähintään 5 ampujaa

ratkaistaan lopulliset sijoitukset pudostuskilpailussa. (Ikäluokkien ampuma

matkat sääntökirjan mukaisesti)

Kilpailupaikka: Hietasaaren Jousiammuntakenttä

Kilpailusarjat: kaikki SJAL:n tauluammuntaluokat

Aikataulu: lauantaina 9.6.2001, välinetarkastus 08.45 – 09.15,

harjoitusammunta 09.00 – 09.45, kilpailu 2x36 nuolta 10.00

Osanottomaksut: Aikuiset 120 mk, Juniorit 70 mk, maksut peritään kilpailupaikalla.

Ilmoittautuminen: 4.6.2001 mennessä

Tuomas Polvi, Taidonkaari IG 55, 90570 Oulu

Puh. 08 – 556 2690, 040 – 533 6096

tuomas.polvi@oulunjousimiehet.fi tai

seuran kotisivujen kautta www.oulunjousimiehet.fi,

info@oulunjousimiehet.fi

T E R V E T U L O A O U L U U N !

Wilhelm Tell järjestää juhlakilpailunaan Ruskeasuon uusitulla jousiammuntakentällä

TAULUAMMUNNAN SM-2001 KILPAILUN 18-19.08.2001 (RANKING)



T E R V E T U L O A H E L S I N K I I N !

Kaikki SJAL:n luokat ja sarjat, luokkien ja sarjojen matkat sääntöjen mukaiset, ei joukkueita

Kilpailupaikka:

Ruskeasuon jousiammuntakenttä, Helsinki

Kilpailumuoto:

lauantaina 18.9. 70metrin kierros sunnuntaina ottelukierros

Lauantaina: Miehet ja naiset tähtäin- ja taljajousi

Välinetarkastus: klo 8.30

Harjoitusammunta: klo 8.15- 09.00

Kilpailun avaus: klo 9.15

Kilpailu alkaa: Yleiset sarjat klo 10.00

Lauantaina: Vaistoluokka, juniorit ja ikämiessarjat

välinetarkastus: n. klo 14.00

harjoitusammunta: n. klo 14.00

kilpailu alkaa: n. klo 15.00

Sunnuntaina: ottelukierros alkaa klo 09.00

Kilpailumaksut: aikuiset 200,- ja juniorit 150,-

Ilmoittautumiset:

Asta Nyyssönen 040 8334618

03.08.2001 mennessä.

Maksetaan tilille Merita 143230-208835

06.08 mennessä

HUOM!

240 ensimmäistä mahtuu mukaan

Hotellitarjous sähköpostitse seuroihin myöhemmin!



KISATULOKSIA:

Fita-Rankingkilpailu 26.5.2001 Kurikan Ryhti

Sijoitus Nimi 30/20 yht. PIST	Seura	90/70/50	70/60/40	50/30
1. Pylkkä Juha	Diana	329	339	333 348 1349
PI8				
1. Määttä Tuomas	Pojo	317	316 324	340 1297
2. Tekoniemi Jaakko	Te-Ja	237	182 193	260 872
PI5				
1. Vesteri Joni	Pojo	299	311 313	333 1256
N				
1. Suutari Katri	Piili	313	324 288	346 1271
2. Suutari Kaisa	Piili	297	318 315	333 1263
3. Laurila Aila	Diana	256	275 255	296 1082
MSOT				
1. Lindroos Aarre	Diana	327	324 303	342 1296
2. Sauvola Jorma	Toja	298	325 316	340 1279
3. Pylkkä Urpo	Diana	313	321 283	337 1254
MT				
1. Lammela Marko	OJM	327	334 318	352 1331
2. Korhonen Anssi	Ole	317	320 338	350 1325
3. Petäjä Jukka	Virt-Ja	310	330 320	354 1314
4. Arbelius Teuvo	OJM	303	329 328	353 1313
5. Hiltunen Lasse	Pojo	292	313 330	345 1280
6. Lehtonen Tommi	Aetsä	299	311 311	339 1260
M60				
1. Laurila Olavi	Diana	291	307 295	333 1226
2. Jokinen Matti	JO-JU	283	309 285	326 1203
3. Kärkkäinen Teuvo	Pojo	245	268 274	323 1110
MSO				
1. Kuivalainen Pentti	JO-JU	307	314 310	346 1277
2. Kankaanpää Heikki	KU-RY	286	275 266	313 1140
3. Viitaja Matti	Diana	247	262 228	305 1042
M				
1. Laurila Pentti	Diana	261	306 292	335 1194
2. Haapa-aho Timo	JO-JU	251	303 298	338 1190
3. Norja Olli	TJA	249	298 295	334 1176
4. Rinne Jussi	Te-Ja	215	291 292	327 1125
5. Polvi Tuomas	OJM	216	279 271	324 1090
6. Tekoniemi Antti	Te-Ja	184	260 261	322 1027
7. Pajunen Jari	Aetsä	232	225 241	298 996

MM-KARSINTARAJAN YLITTÄNEITÄ

Liittotalituksen Beijingin MM-kilpailuja varten asettamat tulosrajat ovat ylittyneet seuraavilla jousiampujilla:

N	Katri Suutari	Piili	
	FITA-kierros 26.5. 2001 Kurikka		1271 p.
NT	Sirkka Sokka-Matikainen	Zirko	
	70 Metrin Kierros 27.5. 2001 Lahti		666 p.
	Anna-Liisa Tuuttu	WT	
	70 Metrin Kierros 27.5. 2001 Lahti		659 p.
MT	Jukka Kankaanpää	Ascella	
	70 Metrin Kierros 27.5. 2001 Lahti		683 p.
	Marko Lammela	OJM	
	70 Metrin Kierros 27.5. 2001 Lahti		681 p.
	Tapio Paaso	OJM	
	70 Metrin Kierros 27.5. 2001 Lahti		680 p.

Yo. lista ei ole mitenkään lopullinen, uusia ylittäjiä saattaa ilmaantua, tai edellämämainituista joku ehkä kieltäytyy lähtemästä omakustanteisuuden tai muun

syyn takia. Tulokset ovat oltava ylittettyinä heinäkuun

15. päivään mennessä. Mikäli rajojen ylittäneitä (=halukkaita lähtijöitä) on enemmän kuin paikkoja,

tekee liittohallitus lopulliset ratkaisut. FITA-kierrosta-

lokset ovat tällöin etusijalla.

OSTA LIITON VAPAA-AIKAAN TAI KISA-ASUKSI T-PAITA!



80 mk

+ postikulut

Toimistossa on saatavana lähiaikoina rajoitettu erä liiton t-paitoja!

Värit: sininen ja valkoinen.

Koot: XXL, XL, L, M, S, XS.

(paidoissa ei enää ole vuosilukua)

Paita maksaa 80mk! ja se on hyväksytty myös kilpailupaidaksi.

Tilaa omasi heti liiton toimistosta puhelimitse 02-6271230.



INNOSTUNEET TUOMARIT OPPIMASSA TAMPEREELLA

Suomalaiset jousiammuntatuomarit olivat oppimassa 1.6.2000 voimaan tulleita kilpailusääntöjä liiton järjestämällä kaksipäiväisillä tuomarikursseilla Tampereen Cumuluksessa. Lauantaina oli 11 uutta tuomariopiskelijaa kansainvälisen tuomarimme Måns Mattsenin opissa ja sunnuntaina oli 18 "vanhaa" tuomaria saamassa päivitettyä tietoa uusista kilpailusäännöistämme.

Tuomari on tärkeä henkilö kilpailujen onnistumisen kannalta, mutta kilpailutuomari ei kuitenkaan saa olla mikään tyranni, joka pyrkii kaikkiin tavoin hankaloittamaan ampujan elämää tai arvioimaan aina ampujan rajatapauksen alemmaksi. Tuomari on Sääntöjen hallinta on tuomarityön on oleellisin osa ja onnistumiseksi ja taululla tuomariin tulee olla ampujan apuna jämpäin, vaan tyynen rauhallisina, eikä tuomarin pidä milloinkaan ihmetellä ongelma-osumia ääneen tyyliin "onpas hankala tapaus".

Tuomari kohtaa monenlaisia ongelmia kisakentällä, johon hänen on kyettävä aina antamaan nopea ja oikeudenmukainen ratkaisu. Pulmatilanteita ratkottiin yhdessä ja keskustelu kävi todella vilkkaana.

Muun muassa uusi 3 metrin linja puhutti pitkään ja hartaasti. Koska Fitaltakaan ei toistaiseksi ole tullut tarkkaa tietoa milloin nuoli on linjan sisällä, päädyttiin Suomessa nyt noudatettavan Fitin tuomareiden ehdottamaa käytäntöä: aina kun nuolen varsi on joltain osaltaan 3 metrin linjan sisäpuolella, voidaan nuoli ampua "uudelleen". Mikäli maassa vinosti pystyssä olevan nuolen kärki on linjan ulkopuolella, mutta nuolesta suurin osa näyttäisi kuitenkin projektiossa olevan ikäänkuin linjan sisäpuolella linjan yläpuolella olevassa ilmatilassa, katsotaan nuolen olevan silloin linjan sisäpuolella. Liitto onkin pyytänyt tähän kohtaan tarkennusta Fitilta, mutta toistaiseksi ei ole mitään uutta asiassa kuulunut. (Tampereella tuomarikoulu päätyi ensin ehdottamaan tuomarointiin päinvastaista käytäntöä, jossa nurmessa pystyssä oleva nuoli olisi 3m:n linjan ulkopuolella, mikäli sen kärki on ulkopuolella! Näin ei kuitenkaan ole Fitin nykyisen tulkinnan mukaan syytä toimia).

Maastoammunnan sääntöihin toivottiin saatavan selkeän kännykäksiellon, sillä sillähän voi soittaa toisille edellä kulkeville kilpailijoille rastien pituuksien selvittämiseksi. Asiasta Måns Mattsen totesi säännöissämme olevan kohdan, joka kieltää elektronikan käytön kisatilanteissa. Kännykät on pidettävä tästä lähtien aina kiinni oltaessa jousiammuntakisoissa! Maastoammuntakilpailuissa ei ulkopuolisia saa olla radalla, eikä varsinkaan paalulla. Paalulle on mentävä aina vapaalle rastille tullessa viivyttämättä, eikä jousen säätöjä saa tehdä ennen ammuntapaikalle asettumista.

Tuomarit toivoivat yhtenäisen sinisen tuomariliivin käyttämisen yleistyvän kisa-asuna, joten seurojen tulee sellaisia kykyjensä mukaan hankkia käyttöönsä Jousiammunnan TTV:stä.

Viereisellä palstalla on lueteltu kaikki ne sääntökohdat, jotka ovat FITA:n tai SJAL:n liittohallituksen päätösten mukaan muuttuneet säännöissämme, jotka astuivat voimaan 1.6.2000. Kaikki ne joilla on valkokantinen SJAL:n uusin sääntökirja kannattaa ottaa kohdasta kopio ja liittää se sääntökirjansa väliin.

Ne kilpajousia-ampujat, joilla ei vielä ole ko. sääntökirjaa voivat hankkia ne liiton toimistosta. Opiskelemalla kilpailusäännöt, ampuja tietää enemmän ja luulee vähemmän.

Sääntökirjan painamisen ja julkaisemisen jälkeen

MUUTTUNEET SÄÄNTÖKOHDAT SJAL:N KILPAILUSÄÄNNÖISSÄ

2.1.6 Suomen Jousiampujain Liittoon, jäljempänä SJAL, kuuluva yhdistys tai yhdistyksen jäsen saa osallistua jousiammuntakilpailuihin tai siihen verrattaviin tilaisuuksiin sellaista järjestöä tai järjestön jäsentä vastaan, joka ei kuulu FITA:an tai SJAL:iin. Liittohallitus pidättää itsellään oikeuden kieltää osallistuminen sellaisessa tapauksessa, jonka se katsoo olevan SJAL:n edun vastaista.

3.23.4.1 70 Metrin Kierroksella ammuttavat matkat sarjoittain:
M,N,M50, M60, P18: 70 m
N50, T18: 60 m
P15, T15: 50 m
P12, T12: 40 m

Vaistoluokan matkat:
M,N,M50, M60, N50: 50 m
P18, T18: 40 m
P15, T15: 30 m
P12, T12: 20 m

4.4.1.2 FITA-kierros muodostuu siten, että kultakin seuraavista matkoista ammutaan 36 nuolta tässä järjestyksessä:

- 70, 60, 50 ja 30 metriä naisten, P18, M50 ja M60 sarjassa;
- 90, 70, 50 ja 30 metriä miesten sarjassa;
- 60, 50, 50 ja 30 metriä T18 ja N50 sarjassa;
- 50, 40, 30 ja 20 metriä T15 ja P15 sarjassa;
- 40, 30, 30 ja 20 metriä T12 ja P12 sarjassa,

4.3.2 Tauluammunta:
• Tähtäinjousiluokka varusteineen, artikla 7.3.1
• Taljajousiluokka varusteineen, artikla 7.3.3
• Vaistojousiluokka varusteineen, artikla 9.3.3, 9.3.5, kts. myös 4.4.1.5.1 sekä 3.23.4.1

4.4.1.5 FITA:n 70 Metrin Kierroksella ammutaan 72 nuolta 70 m:n etäisyydeltä 122 cm:n tauluun kuuden nuolen sarjoina 4 minuutin aikarajoituksella.

4.4.1.5.1 Kohdassa 4.3.2 mainittu vaistoluokka on käytössä vain niissä kilpailuissa, joissa kilpailumuotona on 70 Metrin Kierros.

7.3.1.7 NUOLET koostuvat varresta, kärjestä, jänneurasta (=nokista) ja sulituksesta. Nuolten on oltava rakenteeltaan sellaisia, että ne eivät kohtuuttomasti vahingoita taulua eikä taustaa. Nuolen halkaisija saa olla korkeintaan 9,3 mm.

12.6 Tuomari (ja tuomariharjoittelija) ei voi osallistua kilpailuun kilpailijana. Ammunnanjohtajan tulee olla mikäli mahdollista myös tuomarikortin haltija, mutta ammunnanjohtaja ei saa toimia samalla tuomarina.

12.7 Kilpailun järjestäjän tulee aina esitellä kilpailun tuomaristo ja päätuomari kilpailijoille, sekä ilmoittaa ketkä henkilöt toimivat juryn jäseninä.

Uusi väline-esite!



Hinta 45mk

Kuvastossa ovat mukana kaikki parhaat jousimerkit, kaikki parhaat kilpa- ja metsästysnuolet ja monipuoliset jousiammuntatarvikkeet värikuvina. Soita ja tilaa heti itsellesi 45 markan hintainen Sherwood Shop-värikatalogi itsellesi tai seuraasi. Sillä kun haluat tehdä sen juuri oikeaan osuvan hankinnan, sinun täytyy vain avata 138 sivuinen uusi Sherwood Shopin katalogi ja etsimäsi löytyy siitä varmasti! Kun olet tehnyt valintasi, soitat vain Maneesikadulle ja tilauksesi lähtee sinulle pika pikaa.



Kuvaston sivuilla 58-61 löytyvät kaikki stabilisaattorit, myös tämä juuri nyt todella suosittu Beiterin Multirod-stabi. Osta sellainen itsellesi heti, sillä menestymisesi ei saa olla välineistä kiinni!?

Välinekauppiasi
**SHERWOOD
SHOP**

Maneesikatu 2, Helsinki, Puh. 09-1356508
www.sherwoodshop.fi