

Buejegerskolen



I en serie artikler vil Buejegerskolen bli presentert her i Buejegeren. Artikkelsen er i første rekke ment å være til hjelp for ferske buejegere, men vi tror at også de mer erfarne vil finne noen tips her.

Buejegerskolen er i hovedsak forfattet av Arve O. Vestgård, med unntak av det som omhandler oppsett og trimming som er skrevet av Cato Eide.

Dette er den andre artikkelen i serien.

Vi er kommet til informasjonskilder

Hvor kan vi hente den informasjon vi til enhver tid trenger for å komme videre i vår buejeger-hverdag? Mange vil si at i vår moderne verden er det bare ett svar på det spørsmålet: Internett.

Man kan saktens være enig i det, men det er ikke like enkelt å ta med seg PC'en på sengen eller i sofakroken, hvis man vil lese noe i fred og ro. Derfor har de gode gammeldagse tidsskriftene fremdeles en plass i vår informasjonsverden.

Det finnes utallige slike å få tak i. De aller fleste kommer fra USA, naturlig nok, for det er derfra størstedelen av utstyret kommer, og det er også der størstedelen av buejakten foregår. Vi har mye å takke USA for i så måte, og selv om vi er aldri så selvgode her på berget, så har vi fremdeles mye å lære.

Danskene har laget en egen lærbok i buejakt, og denne kan bestilles fra Hornslet Bogtrykkeri A/S på telefon 0046 86 99 45 11. Boken er informativ og den er også pensum til den danske buejegerprøven.

Det finnes også i handelen i dag et stort antall buejaktvideoer. Jeg vil fremheve at disse er veldig lærerike og ikke minst underholdende. Det er etter min mening ekstremt viktig at man uansett medium sørger for at informasjonsflyten holdes konstant gjennom året, både for å hente inspirasjon, holde seg oppdatert og for å lære nye ting. De fleste av oss må vi se på buejakt som et selvstudium.

6. Piler, alu/carbon/tre, fjærer (fletching)

Piler til jaktbruk produseres i hovedsak av tre forskjellige materialer, nemlig aluminium, carbon og tre. Vi skal kort se litt på de vanligste bruksområdene, og fordeler og bakdeler ved hver enkelt av dem. Piler er for øvrig et så omfattende og viktig emne at vi vil komme tilbake i nær framtid med en egen artikkel med større utdypning enn hva vi gir her.



Aluminiumspiler

Fremdeles den type piler som brukes mest av buejegere rundt om i verden. Dette kan ha flere årsaker, ikke minst kostnaden. Dernest setter mange buejegere pris på tyngden, noe som gir god gjennomtrengning på stort vilt. Aluminiumspiler av god kvalitet produseres dessuten med en retthetstoleranse på $\pm 0.0015''$ til $\pm 0.002''$ målt over en lengde på 28'' langs pilskafet. Det er verdt å legge merke til at dette er mer nøyaktig enn de vanligste av de etter hvert så populære carbonpilene, som gjerne ligger på en toleranse på $\pm 0.003''$ til $\pm 0.006''$. Bakdeler ved aluminiumspiler er at de pga. tyngden ikke flyr så fort, og følgelig har krummere pilbane. De har også lettere for å bli bøyd under bruk.

Carbonpiler

Disse har vel så godt som helt tatt over markedet blant konkurranseskyttere, og de er raskt i ferd med å erobre stadig større andel av markedet blant buejegere også. Hva skyldes denne enorme populariteten? Vesentlig fordi de er superlette i forhold til aluminium, og følgelig flyr de raskere med en ganske flat pilbane. Dessuten tåler de mye juling, og de tåler å bli bøyd mye mer enn aluminium, uten at det oppstår permanent deformasjon i pilen. Selv etter ekstrem bøye påkjenning forblir de enten 100% rette, eller så ryker de. Bakdelen er at de koster vesentlig mye mer enn aluminiumspiler.

Trepiler

Brukes så godt som kun av skyttere med tradisjonelt utstyr, og da gjerne sammen med langbue. Trepiler er forholdsvis billige i anskaffelse, og de er styrkemessig fullt ut akseptable til jaktbruk. Det største problemet

med trepiler er at det kreves utrolig mye arbeid med testing og veiing for å finne grupper av piler med samme stivhet (spine) og vekt. Dette må til for at de skal gruppere best mulig. Det kreves også mye erfaring og ekspertise for å få montert jaktspisser korrekt på trepiler. Trepiler brukes nesten utelukkende med fletching av naturfjær.

Kapping av pilskaft

Det er viktig at pillengde og stivhet passer til buen din, og hvis du bygger piler selv, så er det ekstra viktig å være klar over disse tingene. Når du tilpasser pillengde, så kapp ALDRI pilskaftet med rørkutter eller baufil. Dette ødelegger materialet i framenden av pilskaftet ditt, og du får aldri et rett snitt. Få derfor alltid pilskafte kappet hos forhandleren din på en profesjonell pilsag. Carbonskaft må uansett alltid kappes med pilsag.

Pilvekt

Pilvekter oppgis i de aller fleste sammenhenger i grains. I Danmark derimot kontrollerer de pilvekten i gram når du skal ta den danske buejegerprøven. Dette for enkelt å kunne beregne pilens kinetiske energi i enheten joule. Det er uansett veldig viktig at du ikke bruker for lette piler i forhold til styrken på den buen du skyter med. For at garantien på buen skal gjelde, så forlanger de fleste fabrikkene at du ikke skyter med pil lettere enn 6 grains pr. pund dravekt på buen. Dvs. er dravekten på buen 60 lbs, så skal pilvekten minimum være 360 grains. Når pilvekt oppgis, så er vekten av spissen alltid inkludert.



Does Not Rotate

Rotates Slightly

Rotates Dramatically

Fletching

Styrefjærene, eller fletchingen, som er det heter på engelsk, er en svært viktig del av pilens oppbygging. Som navnet indikerer, så bidrar de til å stabilisere og styre pilen frem mot målet.

To hovedtyper benyttes, nemlig plastfjærer og kalkunfjærer. Begge typene har sine fordeler og bakdeler, og hva man benytter kan ofte være smak og behag. Vi skal se litt på hvilke egenskaper som kan være avgjørende for valget, og mitt inntrykk er at det først og fremst har med vekten å gjøre. 3 stk kalkunfjær veier omtrent bare 1/3 så mye som 3 stk plastikk vanes. Dvs. du oppnår en vesentlig større pilhastighet. Kalkunfjærenes overflatestruktur bidrar dessuten til at pilen rettes opp raskere pga. en noe større luftmotstand. En betydelig svakhet hos kalkunfjærer derimot, er værbestandighet og slitestyrke.

Plastfjærer, eller vanes som de populært kalles, er et naturlig valg hvis du jakter i områder med hyppig ned-

bør. Utvalget av farger er også større, hvis du ønsker piler som er litt fancy. Bakdelen er, som vi allerede har nevnt, vekten. Hvis du derimot setter pris på litt god vekt på pilen, så er jo problemet ikke tilstedeværende. Pga. slitestyrken vil jeg si at vanes er et naturlig valg for nybegynneren, rett og slett for å holde kostnadene nede. Det har lett for å bli et noe større forbruk av piler i begynnelsen, før du har lært alle skytetekniske triks etc.

Hvordan skal så fjærene eller vanes'ene monteres på pilskaftet for å funke best?

Når vi snakker om jaktpiler, så er det 4" og 5" lengde på fletchingen som er mest brukt, uansett materiale. Dette kommer av at man trenger et større areal på fletchingen i bakenden av pilen for å motvirke at jaktspissen overstyrer, med det resultat at pilen kan skjene av gårde. Det ønsker man jo slett ikke når premiebukken står der. Mekaniske spisser krever mindre areal på fletchingen pga. spissens konfigurasjonen i flukt, og ved bruk av slike spisser så greier man seg lenge med 4" lengde på fletchingen.

7. Skytetrening, styrketrening, kondisjonstrening

Grundig og riktig trening er viktig hvis du skal oppnå suksess, enten det gjelder sportsprestasjoner eller buejakt. Treningen kan deles i tre hoveddeler: Skytetrening, styrketrening og kondisjons-trening. Alle disse delene er viktige for å bli en fullkommen buejeger. Vi skal se litt på hver enkelt del.

Skytetrening

Det er vel skytetreningen de fleste tenker på når man snakker om trening i forbindelse med buejakt, og det er uten tvil den viktigste delen. Det forutsettes dog at buen er innskutt, og at innskyting ikke er å betrakte som skytetrening. Hvordan man legger opp skytetreningen er veldig individuelt, men vi vil gi noen gode råd her slik at du har noen rettesnorer, hvis du føler at du famler i blinde.

Råd nr. 1 – Prøv å skyte så regelmessig som mulig. Gjerne hver dag. Dette er viktig i begynnelsen inntil du begynner å føle at skyteform og teknikk kommer på plass, og at du føler at skytingen din begynner å bli stabil. Å skyte ofte betyr ikke nødvendigvis lange serier med mange piler hver eneste gang. Du vil etter hvert finne at bare noen få piler hver gang kan gi like gode resultater.

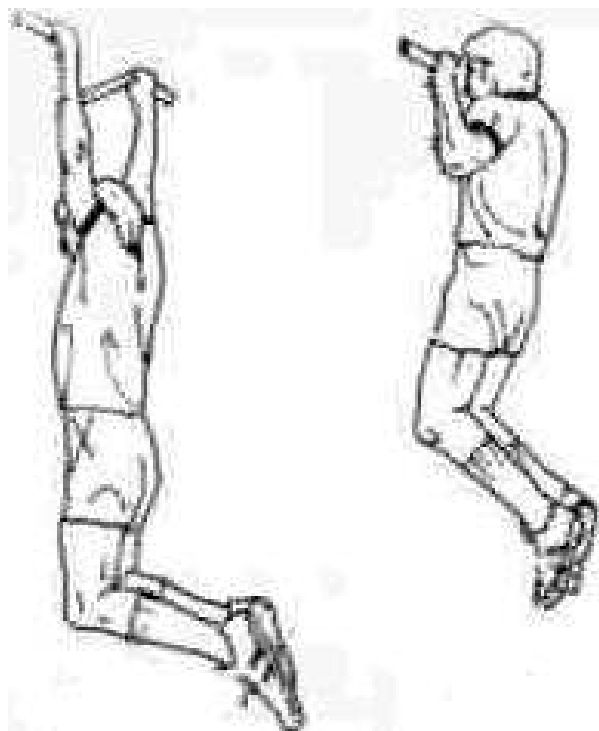
Råd nr. 2 – Legg opp til kvalitetstrening, ikke nødvendigvis mengdetrening. Konsentrer deg 100% på utførelsen av selve skuddet. Hvordan du best skal gjøre dette blir behandlet under avsnittet "Skyteteknikk". Her skal vi kun gi råd om hvordan, og hvor ofte du bør trene. Husk hele tiden på at det er alltid det første skuddet som teller i en jaktsituasjon, og legg størst mulig vekt på at dette blir bra. Forestill deg i tankene dine at du er

på jakt, når du går bort til skytebanen din,. Skyt kun en pil mot blinken. Hvis dette er en bra treff, så la det bli med det. Er treffet mindre bra, så skyt noen piler til. Hvis du har anledning til å ta en sånn mini-økt på morgenen før du går på jobb, og så en gang til når du kommer hjem om ettermiddagen, så vil du i virkeligheten trene nok til å opprettholde selvtilliten og en akseptabel skyteform. Vitsen er at du legger hele sjelen din i de skuddene du skyter. Hvis du for eksempel iblant trener sammen med venner, og da velger å skyte lengre serier og kanskje trene på en helt annen måte, så er det helt og holdent opp til deg. Men husk alltid å legge treningen din på et nivå som gjør at du hele tiden synes det er moro å skyte.

Råd nr. 3 – Prøv å variere skyteavstander og skyte-vinkler mest mulig, slik at det simulerer virkelig jakt. Tren avstandsbedømmelse i samme slengen, før du skyter den ene pilen nevnt under råd nr. 2. Avhengig av jaktmetode du legger opp til, så vil skyting i bratte vinkler, enten oppover eller nedover være høyst aktuelt, og tren så mye som mulig på dette. Dvs. hvis du har mulighet til det der du trener da. Er du helt nybegynner, så begynn generelt å skyte på så kort avstand som du finner nødvendig. Øk avstanden først når du føler deg trygg på denne avstanden. Begynn ikke å skyte på for lange hold for tidlig, selv om det kan være fristende for å prøve å holde tritt med kameratene. Husk på at du trener for å bli god til å skyte selv, ikke bare for å prøve å bevise noe overfor kameratene. Selvtilliten er din beste treningspartner.



Øvelse 2, nedtrekk til brystet.



Armhevinger: (Styrker fremre og bakre deltoids, biceps og lattissimus dorsi)

Styrketrening

En del av treningen jeg tror mange rett og slett overser, eller at de ikke tenker på at den er viktig. Har man nådd godt voksen alder, så er det ekstra viktig med styrketrening for å opprettholde muskelstyrken, rett og slett for å kunne dra opp buen på en komfortabel måte. Viktig er det også å holde musklene i trim for å unngå skader. Men, sier du sikkert, er det ikke nok at jeg drar opp buen regelmessig, og kanskje skyter innendørs hele vinteren? Og betyr dette at man må reise milevis for å trene på et helsestudio??

Slett ikke. Klart det hjelper å skyte regelmessig, men det kan være mange som ikke har muligheter til å skyte regelmessig innendørs om vinteren, så er det viktig å kunne trene på annet vis. Man kommer langt med enkle midler. Muskelgruppene man har behov for å trene opp med tanke på skytingen er armer, skuldre, rygg og bryst. I armene er det spesielt biceps og triceps som må trenes og bygges opp. I skuldrene er det deltoid musklene - både fremre, midtre og bakre. Ryggen er spesielt viktig, og det er de store lattissimus dorsi musklene som må utvikles for å greie tunge dravekter. I brystet må pectoralis major være i god trim. Skjønner du ikke bæret, sier du? Fortvil ikke, vi skal vise noen illustrasjoner som viser enkle øvelser, som tar vare på alle disse musklene med de rare navnene.

Kondisjonstrening

Jo bedre fysisk form man er i, desto bedre fungerer man i det store og hele. Skal man ut på jaktturet, som sannsynligvis betyr mye slit i form av lange dagsmarsjer, tung bæring og ikke minst hard klatring i ulendt terreng, så trenger man en solid grunntrening for ikke å

sette liv og helse til. Fysisk trening bør man jo drive med hele året igjennom, men sørg i hvert fall for at du begynner å forberede deg flere måneder før avreise. Hver enkelt må legge opp et treningsprogram som passer. Er du i tvil om hvordan du skal gripe saken an, så ta en prat med legen din. Han kan gi deg råd om hvor hardt du bør begynne. Det være seg i form av jogging, skigåing, mange og lange fotturer o.lign.

God fysisk form, slik at du kan kontrollere pusten i nær sagt hvilken situasjon som helst, er også ekstremt viktig når tiden er kommet for å skyte. Du greier ikke holde buen rolig, hvis du puster og peser som en dampmaskin. Test deg selv, så vil du se hvor mye det har å si på samlingene dine at du kontrollerer pusten 100%.

8. Blinker og sikkerhet

Det vi skal snakke om i dette avsnittet er noen enkle råd om hva slags blinker du bør bruke under trening, og noen anbefalinger om hvordan sikkerheten skal ivaretas. Husk hele tiden på at du skyter med en kraftig bue, og med piler som har stor gjennomtreningsevne. Derfor er det ikke likegyldig hva men bruker til blink, eller pilstopp, om man vil.

Et valg man må gjøre før man går til anskaffelse av en blink, er hvorvidt den vil være plassert på et bestemt sted hele tiden, eller om du ønsker å ha en transportabel variant, som du kan bringe med deg dit hvor du finner at du vil trene akkurat da. Det være seg ute i skogen, på hytta osv. Hvis vi ser på stasjonære typer, så har disse den fordelen at de gjerne er større og tåler mer juling. Slike blinker kan være høyballer, store isopor-blokker, selvbygde matter av for eksempel sammenpressede striper av porøse bygningsplater i terammer, eller fabrikkproduserte halmmatter (slike som konkurranseskytterne bruker). Halmmattene egner seg imidlertid dårlig hvis du skal trene med jaktspisser. Til slik trening vil vi anbefale store blokker av isopor eller ethafoam. Ethafoam er vel det materialet som stopper pilene aller



Stående optrekk/roing: (Styrker vesentlig trapeziusmuskulene, samt fremre deltoids)

best, og det er dette materialet som brukes i den transportable varianten. Et eksempel på en slik er vist på bildet.

Slike blokker er lette å transportere og stopper greit både trenings- og jaktspisser. Det er dessuten forbausende lett å trekke pilene ut igjen. Prisen kan virke stiv for mange, men de varer temmelig lenge.

Sikkerheten ved treningsskyting

Man må alltid vurdere spørsmålet om hvorvidt sikkerheten er god nok der man står og skyter. Hva skjer hvis en pil går igjennom blinken, eller verre enda, bommer helt på blinken? Hva fanger opp pila? Vi anbefaler at du alltid sørger for å ha sikker bakgrunn, enten en skrå jordbakke, en sandbanke, en fjellskrent eller kanskje en låvevegg. Sørg videre for at du aldri skyter i retning mot bolighus, offentlig vei eller andre steder hvor det ofte ferdes mye folk.

NB!! SIKKERHETEN KAN ALDRI TAS FOR ALVORLIG.

11. Treestands, sikkerhetsseler

Det er to hovedtyper av det vi forstår med treestands, nemlig en klatremodell og en stasjonær modell (se bildene). Fordelen med begge disse er at de kan flyttes forholdsvis fort og greit til et nytt sted hvis ønskelig. En annen variant kan være plassbygde, permanente plattformen i treverk.

Disse har den bakdelen at de står ute året rundt, og vil derfor kunne råtne forholdsvis fort, med den følge at de blir farlige å klatre i.

Klatremodellen består i prinsippet av to adskilte deler, og man kan, som navnet tilsier, klatre oppover trestammen ved å bevege øvre og nedre del annenhver gang. Nedre del festes til bena med stropper, og løftes med bena, mens øvre del manøvreres med armene. Måten

modellen holdes fast til trestammen kan variere med de ulike fabrikatene. Likt for alle klatremodellene er at de krever kvistfrie trestammer for å fungere etter hensikten. Dette kan ha både fordeler og bakdelene.

De stasjonære modellene krever at man har en eller annen form for stige, eller at man bruker spesielle trinn skrudd inn i trestammen. Se illustrasjon nedenfor.

Det kan virke som om det er mye arbeid å skru disse trinnene inn og ut av trestammer. Det er det ikke. Det finnes spesialverktøy for formålet, som gjør det veldig enkelt. Man bør imidlertid velge seg et tre med omhu. Jeg tror ikke skogeieren blir veldig glad hvis du skrur en masse trinn inn i "premiefurua" hans.

En tredje type treestand er stigeplattformen. Disse er raske å montere, og raske å komme opp og ned av. Bakdelene er at de er vanskelige å skjule, samt at de noe mer omfangsrike å transportere ved flytting. Særlig hvis en trenger mange skjøteledd for å komme høyt nok opp. Definitivt enklest i bruk.

Dette bringer oss raskt videre til neste punkt i bruken av treestands. Hvor plasserer man dem for å få best mulig nytte av dem?

Plattformene plasseres først og fremst langs kjente ferdselsruter i områder der viltet man jakter på holder til. Med andre ord kreves litt grunnarbeid i forkant av at man henger den opp. Jakter man eksempelvis rådyr, vil man i forkant av sesongen merke seg hvor dyrene beveger seg morgen og kveld. En god plassering vil være der flere stier møtes eller fører sammen. Jordekanter kan også være aktuelle. Vindretning og belysning vil være avgjørende for hvor man henger plattformen i forhold til stien(e) man vokter. Det er også viktig å henge plattformen noen meter til siden for selve stien, slik at sjansene er minst mulige for å bli oppdaget. At man sitter i skjul uten å være i silhuett og har vinden i ansiktet, er hva man tilstreber. Hvordan man ubemerket kan ta seg frem til plattformen, vil også være et moment man tar med i totalvurderingen. Det kan være lurt å ha alternative adkomstveier for ikke å legge igjen altfor mye luktspor.

Det er også et diskusjonstema hvor høyt det er nødvendig å henge plattformene. De stedlige forholdene vil naturligvis avgjøre, men erfaring har vist at mellom 4-6 m over bakken er det beste.

Sikkerhetsregler ved bruk av treestands

Hvert år blir mennesker lemlestet og drept som følge av fall fra treestands. For ikke å komme med i denne statistikken er det viktig at man sikrer seg mot fall under alle faser av bruken. En god og hensiktsmessig sele med fallsikring, burde være obligatorisk for alle som jakter i høyden. Sikringen bør også være slik at man ikke bare er sikret mens man står på plattformen, men også under opp og nedstigning. Videre bør man være sikker på å komme seg ned om man skulle bli hengen-

de. Blir man hengende langt inne i skogen, uten muligheter for å komme seg ned, er sjansene store for at man ender sine dager i løpet av 30 til 45 minutter. Begrepet heter hengetraume og er velkjent i klatremiljøet. Som en del av IBEP-kurset inngår en instruksjonsvideo for bruk av treestands, og det anbefales på det sterkeste at jegere som planlegger å kjøpe og bruke treestands, skaffer seg denne videoen før montering og bruk.



Over: Ulike typer treestands.