

Handbok i bågskjutning och spjutkastning /

Balck, Viktor,

62 A Br.



BALCK, V. G.

Sport
(Sv)

HANDBOK I BÅGSKJUTNING

UPPL. 2.

1883

Kungl. biblioteket



0 0000 000105111

HANDBOK
I
BÅGSKJUTNING
OCH
SPJUTKASTNING

UTARBETAD

AF

VIKTOR BALCK

ANDRA UPPLAGAN

STOCKHOLM
C. E. FRITZES K. HOFBOKHANDEL.



HANDBOK

BÄGSKJUTNING

SPJUTKASTNING

VIKTOR LAGER

STOCKHOLM, GERNANDTS BOKTR.-AKTIE-BOLAG, 1883.



INLEDNING.

Få öfningar torde vara mera roande än bågskjutning och spjutkastning, på samma gång som de äro mycket vackra och den senare öfningen i synnerhet mycket stärkande. Till Stockholms gymnastikförenings tjänst har denna handbok blifvit utarbetad, på samma gång som den tillegnas andra gymnastikföreningar och hela Sveriges ungdom, i hopp att dessa forntida idrotter, i hvilka våra fäder hade stor färdighet, må vinna en allmännare spridning i landet. För sommaren lämpa sig dessa öfningar bäst, då de helst böra företagas utom hus, och äro de särdeles lämpliga för skolungdomen under det långa sommarlofvet. Dessa öfningar passa för alla åldrar, då såväl bågen som spjutet kunna fås efter hvars och ens styrka och utveckling.

Icke blott för ynglingar och män utan äfven för unga flickor är bågskjutning en

vacker öfning, som så väl harmonierar med det qvinliga behaget. Vi måste dock hålla strängt på bruket af långbågen och bestämdt uttala oss mot korsbågen, ty vid spännandet af en styf långbåge gäller det att hafva stark arm och säkert öga.

INNEHALL.

Inledning	sid. 3
Bågen.....	» 6
Att stränga bågen	» 9
Att afstränga bågen	» 11
Ställningen och skjutningen	» 12
Pilen	» 17
Bågsträngen	» 20
Tillbehör	» 24
Skottaflan	» 26
Skjutning mot skottafla	» 28
Fältskjutning	» 31
Längdskjutning.....	» 32
Allmänna regler	» 33
Spjutkastning I Materielen	» 35
» II Ställningen och kastet	» 37
» III Täffingskastning.....	» 38
» IV Allmänna regler.....	» 39

Bågen.

Bågen var ursprungligen gjord af oskalade trädgrenar. Förbättringar gjordes allt efter som bågskyttens skicklighet och uppfinningsförmåga utvecklade sig, och den naturliga grenen gjordes snart mera lämplig, genom att skära ändarne från bågens midt lika tjocka och långa.

Träslaget hvaraf bågar förfärdigas är flera-handa. Det förnämsta är idegran, hickory, hvitbok och ask. Dyrbarare träslag, såsom ostindiskt ormräd, amerikansk lancewood, rosenträd m. fl. förekomma ofta i de engelska bågarna. Trädet bör vara qvistfritt. Två slags bågar tillverkas, nämligen bågar af två delar och bågar i ett stycke, eller *bågar med rygg* och *helbågar*. Helbågar äro gjorda af ett enda stycke trä; de bästa äro tillverkade af idegran. Men den kända svårigheten att anskaffa sådant trä har tvungit tillverkarne att taga sin tillflykt till åtskilliga andra träslag, hvilka alla ega stor spänstighet, ehuru ringa böjlighet, hvilken

senare brist ersättes genom att limma vid en skifva segt trä. Fibrerna böra då ligga åt motsatt håll. Det enas seghet i förening med det andras spänstighet, båda verkande tillsammans, åstadkommer förträffliga bågar. Dessa kallas *bågar med rygg*, förfärdigade af två längs efter hoplimmade delar; den flata yttre delen, som kallas *ryggen*, och den runda inre delen, som kallas *buken*. Då dessa bågar äro färdiga bringas de, genom att basas, i en något böjd ställning bakåt, som gifver dem större spännkraft vid skjutning. Denna egenskap har ofta förorsakat ganska ledsamma miss-tag. Spänstigheten hos den runda delen, genom hvilken bågen egentligen erhåller sin kraft, tvingar den flata delen att återtaga sin förra böjning bakåt, och på grund häraf hafva bågar blifvit strängade åt orätt håll, och följaktligen blifvit skadade. Ty om de böjas orätt väg, kan den minsta frestning bryta sönder dem. Alltså, då en båge strängas, skall den alltid böjas så att den flata delen kommer utåt och den runda delen inåt, eller mot strängen. Hvar-dera ändan på bågen är försedd med en

hornspets; den i öfre ändan är längre än den i nedre, för att lätt kunna skilja på dem. I dessa horn äro *hack* för bågsträngens fästande. Hvitbok till buk och ask till rygg gifva goda bågar. Bättre är dock idegran och hickory, eller idegran och ask. Enklare bågar för gossar behöfva ej förses med hornspetsar, utan kunna skårorna göras i bågens ändar. Bågar kunna äfven med fördel tillverkas af två hälfter hvilka förenas genom ispetsning på midten. På detta ställe lindas bågen hårdt och klädes med schagg eller sammet. Detta blifver *handtaget*, hvars öfre kant bör vara på bågens midt. Bågens styrka uppmätes i skålpund sålunda: bågen upphänges vid handtaget på en slags våg, med visare på en graderad skala. Nu drages strängen 28 tum från handtaget för en mansbåge och 25 tum för en fruntimmersbåge; visaren angifver då huru många skålpund som erfordrats för att spänna bågen en pils längd; numret som angifves stampas in på bågen, hvilken får sin benämning derefter. En *tjugo* till *tre-tio skålpunds båge* passar för ett fruntimmer och en *fjrtio* till *sextio skålpunds* för en

man. En *femtiskålpunds* är troligen den lämpligaste. I allmänhet bör skytten hafva en båge motsvarande hans längd. Den riktiga vigten för den första bågen är den som skytten med lätthet kan spänna. Snart växa krafter och färdighet och då kan denna utbytas mot en styfvare.

Att stränga bågen.

Se först till att strängen ej är snodd kring bågen.

Fatta bågen med venstra handen om handtaget (midten af bågen). Detta glömmes ofta af den ovane bågskytten, som gerna vill fatta öfver handtaget i stället för omkring detsamma. I handtaget ligger nämligen medelpunkten för bågens spännkraft, hvadan frestningen till båda ändarne bör vara lika, från midten räknadt. Kom sålunda ihåg att *fatta bågen om handtaget*.

Den flata delen vändes åt venster.

Den venstra handleden stödes emot sidan så stadigt, att den kraft som högra handen

behöfver använda för att trycka ned den *öfre delen* af bågen, icke tvingar den venstra från sin plats.

Stöd den *nedre delen* af bågen mot insidan af venstra foten, som framsättes.

Böj venstra knäet något och håll det högra rakt. Lägg högra handleden (hålhanden) på öfre delen af bågen, nedanför bågsträngens öga; håll högra armen rak; tummen mot ena kanten af bågen och pek fingret mot den andra. Då denna ställning är intagen, drag med venstra handen bågen åt lifvet och tryck med högra handen den öfre delen af bågen nedåt, hvarunder handen glider uppåt hornet, samt tummen och pek fingret föra bågsträngens öga in uti *hacket*. Innan högra handen släpper sitt tag måste man vara förvissad att strängen säkert är i *hacket*. På detta sätt skall nybörjaren snart lära sig att stränga bågen sjelf. Om han i början ej förmår att stränga bågen, är detta ett bevis att bågen är för styf eller för lång för honom. Dock må det anmärkas att det är icke endast styrka som fordras, utan fast mera det rätta taget, som endast erhålles genom öfning. Skulle nybörjaren, då han

försöker att stränga bågen, låta strängen flyga tillbaka, i stället för att bringa den in uti hacket, så kommer denna härvid icke blott att gifva ett slag på fingrarne, utan äfven sätta dem i kläm. Kom därför ihåg att utsträcka de tre sista fingrarne.

Om icke bågen kan strängas efter ett par försök, så lägg den bort och tag en vekare.

För att stadga venstra foten vid strängandet af bågen, kan den stödas mot en vägg eller fast föremål, och om bågen det oaktadt ej kan strängas, så låt en annan person hjälpa till att draga ned det öfre hornet, med sitt pekfinger fattande ofvanför hacket.

Att afstränga bågen.

Så snart skjutningen slutar och bågen skall upphängas, måste strängen lossas, på det att bågen ej, genom att länge vara strängad, må förlora sin spänstighet. Det är icke nödvändigt att afstränga bågen under skjutningen, efter hvarje omgång; men

då skjutningen för dagen är slut, bör bågen alltid afsträngas.

Ett band bör knytas om öfre hornspetsen och stickas igenom bågsträngens öga, samt knytas ånyo. Detta för att hindra bågsträngen att åka ned.

Härvid intages samma ställning och tillvägagås på samma sätt som vid bågens strängande blifvit beskrifvet, blott med den skilnad att högra handleden måste föras något längre ut på ändan af bågen, så att pekfingeret med lätthet kan föra ögat ur hacket på hornet. Fatta handtaget med venstra handen, öfre delen af bågen med den högra, som trycker ned densamma. I samma ögonblick som strängen blifver slak, för högra pekfingeret, som på förhand är i strängens öga, detta ut om hacket. Denna handling skall verkställas så ögonblickligt som möjligt.

Ställningen och skjutningen.

Få ställningar torde vara så vackra som den vid bågskjutning, om den rätt intages,

och en välbildad kropp tager sig särdeles vackert ut vid spännandet af en båge.

Ställningen intages sålunda: Skytten, vänd mot målet, gör höger om, flyttar venstra foten två fötters längd till sidan, med rät vinkel mellan fötterna, knäna raka, kroppstyngden lika på båda fötterna, hela kroppen, hals och hufvud i upprätt ställning. Bågen fattas med venstra handen om handtaget, så att pekfingeret kommer i jernhöjd med öfversta kanten af detsamma. Emedan motståndet från den punkt, der venstra handen gifver stöd, till båda ändarne af bågen, måste vara lika, är det viktigt att denna fattning noga iakttages; i annat fall förändras medelpunkten för bågens spännkraft och pilen går ej rätt. Bågen hålles nu vågrät, med strängen uppåt. Högra handen fattar pilen vid dess midt, drager den ur kogret, som sitter vid högra sidan, med öppningen bakåt. Pilen föres under strängen, till venster om och öfver bågen, under det att den fortfarande hålles om midten, tills den träffar venstra handen, hvars pekfinger nu fattar om pilen, och den högra handen flyttas till bakre ändan (*nocken*),

som fattas med tummen och pekfingeret. Pilen vändes så att tuppfjädern kommer utåt, och fästes vid strängen medelst dennas införande i *skåran*. Härvid iakttages att pilen fästes vid den del af strängen som är midt emot öfversta kanten af handtaget. Venstra handens pekfinger släpper nu pilen, samt omfattar handtaget, och högra handens två första fingrar (pek- och långfingeret) fatta strängen, nästan upp till första fingerleden på ömse sidor om pilen. Härefter föres bågen med venstra handen cirkelformigt framåt, uppåt, tills denna kommer i höjd med axeln; härunder börjar högra handen att spänna bågen, så att denna då den kommit till sin bestämda höjd är till två tredjedelar spänd; nu sigtar skytten, under det han spänner bågen fullt, samt släpper ögonblickligen af; ty en båge får icke hållas fullt spänd mer än en sekund eller två, för att den ej skall bräckas. Högra armbågen skall härvid vara i höjd med axeln och handen går vid bågens spännande. åt högra örat, ej mot ögat. Venstra armen måste hållas alldeles rak, med handleden inåtvänd, för att gifva bättre stöd, ty annars har icke skytten

nog kraft att motstå bågens tryckning eller att spänna med stadighet ända till pilspetsen. Bågen bör hållas alldeles lodrätt. Då sigtningen sker skall pilen föras upp till högra örat och ej till ögat, som många föreställa sig, ty man får ej se längs efter pilen, utan *direkte på målet* och låta detta blifva synligt något till venster om knogarne. Om bågen nämligen hålles så, att pilen bringas i en linie med ögat och målet, så går den vid afskjutningen betydligt till venster om och öfver den punkt jag sigtar på. För öfrigt kunna inga bestämda regler för sigtningen uppställas, utan gäller här samma lag som då pojken kastar en sten mot målet, eller då kusken träffar förloparens öronspets med en klatsch; vid alla dessa tillfällen är det handen som lyder ögat, efter långvarig öfning.

Då bågen spännes, så kom ihåg att hela venstra handen fattar om handtaget; låt dock delen mellan tummen och pekfingret känna den mesta tryckningen.

Många nybörjare hafva benägenhet att hålla ut venstra pekfingret, då de spänna bågen, för att hindra pilen att falla från

handen. Detta är alldeles onödigt, ty felet, om pilen faller, beror på ett origtigt sätt att fatta bågsträngen, bestående deri, att fingrarne böjas för mycket öfver densamma, hvilket gör att denna snos, och då pilen är fäst vid strängen, så föres denna åt den sida strängen snos och faller ned från knogen, på hvilken den skall hvila. Derföre, låt icke fingrarne komma för långt öfver strängen, utan tryck dem mera mot dess högra sida.

Bågskytten bör undvika att böja bågen tillbaka, sedan den blifvit begagnad, emedan den derigenom lättare bräcket.

Skjutningen bör äfven öfvas från andra sidan, då det som här blifvit sagdt om höger gäller för venster i stället, och tvärt om.

Dräkten bör vara ledig och lös, ty hårdt åtsittande kläder hindra armarnas fria rörelser och förorsaka dålig skjutning. En mössa är att föredraga vid bågskjutning framför en hatt med brätten, hvilka äro i vägen för bågsträngen.

Pilen.

Pilen har tre fjädrar, af hvilka två äro af samma färg och den tredje af en annan, för att utmärka den fjäder som skall blifva ytterst, och denna kallas *tuppfjädern*.

Hvarje pil är i bakre ändan skodd med en s. k. *nock* af horn, försedd med en *skåra*, denna bör passa strängen fullkomligt, d. v. s. vara så trång att den ej af sig sjelf släpper densamma, men ej trängre än att strängen med lätthet kan tryckas in i skåran, annars händer det att hornnocken spränges sönder vid skjutningen. På ena sidan af nocken och något nedanför densamma sitter en fjäder, på den motsatta ingen; denna fjäder är *tuppfjädern*. De andra två äro fästa på lika afstånd från tuppfjädern. Sålunda, om pilen fästes vid strängen med tuppfjädern utåt, d. v. s. vänd från bågen, så skola de andra båda fjädrarna lätt glida förbi bågen, utan att skadas; om deremot tuppfjädern vändes inåt, d. v. s. åt bågen, så stöter fjädern vid afskjutningen mot bågen,

hvilket icke allenast skadar fjädern, eller sliter bort den, utan äfven förändrar pilens riktning.

Pilarne måste motsvara bågens styrka, så väl till längd som tyngd. Pilar till fruntimmers- och gossebågar, eller till bågar af fem fots längd, äro tjugofyra tum långa; till bågar af sex fots längd äro de tjugooätta, tjugonio ända till tretio tum långa. Men den sista längden bör endast begagnas till mycket långa bågar, på det att bågen icke skall bräckas om pilen drages ända till spetsen. Fina pilar böra spetsas, som en biljardkö, med något hårdare träslag, dels för att öka styrkan just vid spetsen der frestningen är störst, dels för att hindra pilens benägenhet att kasta sig.

Hvarje bågskytt bör hafva sitt märke måladt på sina pilar, nedanför fjädrarna, i form af ringar i olika färger, eller dylikt, för att lätt kunna skilja dem, om flera skyttar skjuta på samma gång mot samma tafla.

Pilarne förfärdigas af flera slags trä; af gammal furu gör man präktiga pilar, äfvensom af gran, lind, asp och flera andra trä-

slag; men af gammal furu och lind blifva de bästa.

Pilarne vexla till formen; somliga äro tjockare i spetsen och afsmalna gradvis mot bakre ändan (nocken), somliga äro tjockast på midten, andra återigen äro starkast under fjädrarna och afsmalna mot spetsen; somliga äro myckes skarpa i spetsen, under det att andra äro trubbiga. De som äro tjockare mot främre ändan, med trubbiga spetsar, äro bäst för vanlig målskjutning mot halmtafla; de som äro tjockast under fjädrarna, med skarpa spetsar, äro bäst för längdskjutning.

Pilarne böra aldrig ställas i ett hörn, emedan de då krokna, utan hängas. Då gräset är vått bör ej skjutning ega rum i det fria, ty då förderfvas fjädrarne, hvarjemte pilen kastar sig.

Pilar afsedda för samma slag af skjutning måste vara lika långa och lika tunga samt på alldeles lika sätt tillverkade, annars fordrar hvarje pil sin särskilda elevation, hvilket minskar träffsäkerheten.

Det har blifvit iakttaget att ingenting är af så mycken betydelse för en pil som

fjädrarna. De bästa erhållas af grågåsens vinge, äfvensom af kalkon, men dessa öfverträffas af dem från örningar. Styrka i förening med mjukhet och spänstighet äro fordringarna på pilfjädrarna. På en gåsvinge äro andra, tredje och fjerde fjädrarna de bästa.

Man måste noga iakttaga att välja fjädrarna till hvarje pil endast från venstra eller endast från högra vingen, d. v. s. att den glatta sidan alltid skall vändas åt samma håll, emedan detta gifver pilen en bestämd roterande rörelse.

I Sverige torde kalkonvingar, hvilka lättast kunna anskaffas, vara de bästa.

Bågsträngen.

Bågens hållbarhet beror till ej ringa del på strängens styrka. Ty skulle denna bryta, så splittras i de flesta fall bågen i bitar, eller får den bräckor, hvilka slutligen göra den obrukbar. De bågar hvilka, så-

som uttrycket heter, »följa strängen», d. v. s. äro böjda något inåt, brytas ej så lätt som de raka, eller de som äro böjda bakåt. Det ämne hvaraf bågsträngen helst bör göras är hampa, och är den italienska bäst; äfven den flamländska är förträfflig. Tågan skall nämligen, väl häcklad, vara 8 å 10 fot lång, på det att strängen må kunna tvinnas af en enda längd. Den bör vara treslagen i båda ändarne, och hela midtelden, d. v. s. hela den del som är spänd mellan bågens båda änder, löst tvinnad, så att den har en fullkomligt slät yta, på samma gång som den är rund. Tarmsträngar duga icke, emedan de äro för elastiska och under inflytande af värme och fuktighet, hvadan de ej alltid hålla samma längd. Hampa har ej dessa olägenheter. Att tillverka goda bågsträngar är en så svår sak att somliga fabrikanter hålla sin metod hemlig; en skicklig repslagare eller sjöman bör dock snart kunna utforska bästa sättet, om goda modeller finnas. Strängen skall på midten klädas hårdt med silke eller linnetråd, dels för att utmärka stället der pilen skall fästas, dels

för att trådarne i strängen på detta ställe ej för mycket skola nötas. Den ena ändan af strängen är försedd med ett öga; den andra öfvergår i en smalare sladd.

Strängen måste vid båda ändarne vara dubbelt så tjock som på midten, emedan frestningen vid skåran är störst.

Strängar kunna äfven förfärdigas af lin och silke.

Hvarje bågskytt måste naturligen kunna sjelf sätta strängen på bågen, hvilket tillgår på följande sätt: Öfre ändan af bågen stic-kes in genom ögat, hvilket föres öfver hacket, omkring $3\frac{1}{2}$ tum nedanför detsamma; sedan sträcket strängen längs efter bågen och man tager märke der den träffar hacket i andra hornspetsen. På detta ställe slår man ett s. k. timmerstek. Det öga som uppkommer genom timmersteket påträdes nedre ändan och införes i hacket, hvarpå det hårdt åtdrages; sladden af strängen fästes medelst halflag kring densamma. Denna sak läres lätt genom att undersöka strängen på den bäge man köpt. Och nu strängas bågen på förut beskrifvet sätt. Då bågen är strängad, bör afståndet från strängen till midten

af bågen vara omkring 6 tum på en mansbåge och omkring 5 tum på en fruntimmersbåge, men bör aldrig öfverstiga detta mått.

Då silket omkring strängens midt slites af, bör den omedelbart klädas med nytt, hvilket tillgår på följande sätt:

Stränga bågen; vaxa den del som skall klädas; tag tre $1\frac{1}{2}$ aln långa trådar virksilke af olika färg, vaxa dessa; linda sedan dessa tre trådar samtidigt kring strängen, samt fäst ändarna, som en vanlig tagling.

Om någon fiber i strängen är afsliten, bör strängen genast ersättas med en ny, af fara för bristning. Strängen bör stundom vaxas för att hålla fibrerna bättre tillsammans.

En bågskytt bör alltid då han skjuter hafva med sig en reservsträng, afpassad och klädd.

Tillbehör.

Lifbältet är förfärdigadt af läder, färgadt brunt, grönt eller svart. Vid detta äro fästa *kogret*, *tofsen* och *smörjkoppen*. Kogret hänges på högra sidan, med öppningen bakåt. Detta är en nödvändig utredningsartikel, för att ej behöfva lägga pilarne på marken och möjligen få dem söndertrampade. Dessutom brukas ett större koger af tenn, med lock, att förvara pilarne uti. Detta bör vara mer än 30 tum långt och rymma från 6 till 24 pilar.

Tofsen är äfven en nyttig persedel, ty om en pil fastnat i marken, har den oftast blifvit smutsig, och om den icke torkas af, hvartill tofsen begagnas, så går den sämre vid skjutningen. Denna tofs hänges på venstra sidan och begagnas genast som pilen tages ur marken. Den göres vanligen af grönt, tvinnadt ullgarn.

Smörjkoppen hänges midt framför lifvet och innehåller en blandning af njurtalg och

vax, som användes att emellanåt smörja handskfingrarne, på det att strängen lättare skall glida af dem vid skjutningen. Smörjkoppen bör vara försedd med ett lock att skrufva på, för att hindra klädernas ned-sölände.

Armskyddet förfärdigas af styft läder och fastspännes på innersidan af den arm som håller bågen, för att skydda den mot strängens slag. Armskyddets yta bör vara glatt och hård, på det att strängen lättare må glida öfver den.

Skjuthandsken begagnas för att skydda fingrarne från ömhet då strängen drages; den är gjord af skinn och har tre fingertoppar, hvilka baktill öfvergå i 3 stroppar, fästa vid en elastisk rem, som knäppes kring handleden. Dessa fingertoppar måste fullkomligt passa till fingrarne, annars hindra de mera än de tjena. Handsken bör väl smörjas, för att få den mjuk och glatt. Vid långvarig skjutning med styfva bågar är handske nödvändig, annars uppstå blodblåsor i fingerspetsarna. Derfor bör skytten redan från början lära sig att begagna skjuthandske. Skjutningen blifver äfven finare med än utan

handske, enär denna, genom att smörjas med fett, erbjuder en glatt yta.

För att bevara bågar och pilar under resor och transporter bör den välförsedde bågskytten hafva en *låda*, i hvars lock bågarne fasthållas medelst ylleklädda vred. I lådan bör finnas 2 ställ för pilarna, samt en afdelning för tillbehör.

Skottaflan.

Denna förfärdigas af starkt flätad halm, liknande flätningen till bikupor, och är vanligen 4 fot i diameter. Fransidan täckes af en segeldukstafa, målad med ringar i olika färger. Bästa målningen är: pricken hvit, nästa ring svart, sedan röd, blå och ytterst hvit. Vid skjutning kan man då räkna yttersta hvita ringen för 1, blå 2, röd 3, svart 4 och pricken 5. I England begagnas följande målning: Pricken guld, nästa ring röd, sedan blå, svart och hvit. Värdet räknas sålunda: guld 9, röd 7, blå 5, svart 3 och hvit 1.

Ställningen till taflan göres bäst af trä. Trenne ben förenas medelst gångjern vid ett fyrkantigt trästycke. Detta är försedt med en jernspets framtill, liksom de två främre benen för att derå upphänga taflan. Den bör vara ställbar, så att man kan gifva den hvilken vinkel mot horisonten man önskar, beroende af det afstånd hvarpå man skall skjuta.

Skottaflor på fältet kunna äfven göras af torf, hvilken lägges i hvarf till en höjd af 6 fot och lika stor bredd. På denna fästes nu den målade segeldukstaflan. Flera sådana skottaflor kunna uppföras vid sidan af hvarandra, med 10 fots mellanrum. Skottaflan bör ställas antingen på en gräsmatta med kortklippt gräs, eller mot en vall till bakgrund att uppfånga bomskotten. I högt gräs blifver det snart sagdt omöjligt att finna pilarna. Inomhus bör en matta upphängas eller brädvägg uppställas, bakom taflan, för att uppfånga de pilar som ej träffa densamma.

Skjutning mot skottafla.

Denna slags skjutning bör ledas af någon som härtill utväljes och hvilkens dom ovilkorligen må gälla i alla meningsskiljaktigheter, och eger han att öfvervaka ordningen.

De afstånd på hvilka skjutning mot skottafla vanligen eger rum äro 150, 200, 250 och 300 fot för män, samt 100, 150 och 200 fot för fruntimmer eller gossar. Vid inlärandet af den svåra konsten att sköta bågen bör dock skjutningen börja på kortare håll, 50 à 60 fot.

Mot samma skottafla kunna flera skyttar skjuta, under förutsättning att de hafva olika märkta pilar hvar och en.

Skjutningen tillgår sålunda: bågskytterne delas i lika många afdelningar som antal taflor finnes; inom hvarje afdelning delas de sedan i skjutlag på 2 à 3 man, hvilka skjutlag numreras inom hvarje afdelning särskildt. Till hvarje tafla bör finnas

en protokollsförare, som innan skjutningen börjar upptecknar i protokollet skyttarnes namn i den ordning de skola skjuta. Då allt är klart och banan är fri, börjar skjutningen på ledarens tillsägelse. Hvar och en afskjuter ett bestämdt antal pilar, vanligen 3 eller 6. Då alla skjutit sina pilar, gå protokollsförarne och skyttarne fram till tafflorna. Protokollsföraren uppropar förste man, som uttager sina pilar ur tafflan, uppgifvande färgen på den ring i hvilken de träffat, hvilket antecknas i protokollet; så uppropas andre man o. s. v.

Vid täfning eller prisskjutning böra två pris räknas, ett för den som har de flästa träffarne och ett för den som uppnått högsta pointantalet. Dessutom kan pris utsättas för den bästa pricken, eller de flesta prickarna. Målskjutningsprotokollet har följande utseende:

Protokoll vid täflingsskjutning med 12 pilar.

Namn	Prick 5	Svart 4	Röd 3	Blå 2	Hvit 1	Antal träffar	Antal points
A.	12	39
B.	11	40
C.		11	33
D.	12	33
E.		10	28

Vid lika pointsantal blifver omskjutning med 3 pilar. Omskjutning skulle enligt ofvanstående protokoll blifva mellan A och D för lika antal träffar, och mellan C och D för lika antal points. Skulle vid omskjutningen för träffarnes antal de täflande få lika många träffar, får den, som träffat bäst, priset.

Vid öfnings- och täflingsskjutning kunna tvänne rader skottaflor ställas på det bestämda afståndet midt emot hvarandra. Man står då vid den ena och skjuter till den andra, hvilket medför tidsvinst, då man ej behöfver gå fram ochtillbaka så många gånger.

Man kan äfven förfärdiga ett mål af en pappskifva, 1 fot i diameter, hvilken fästes vid en 5 fot lång käpp. De pilar som falla inom 2 båglängder från käppen, räknas som träffar. Vid täflings- och prisskjutning bör det ej skjutas mindre än 6 dussin pilar, och ej öfver 12 dussin. Man skjuter då 6 dussin på 150 fot, 3 dussin på 200 och 3 dussin på 300 fot då täflan är emellan män. Är det fruntimmer eller gossar som täfla skjutes 2 dussin på 100, 2 dussin på 150 och 2 dussin på 200 fot.

Fältskjutning.

Då ett sällskap bågskyttar ej vill binda sig vid ett bestämdt mål och ställe, kan det

blifva af stort nöje att företaga en vandring öfver ett eller flera fält som lämpa sig för bågens användning. Hvarje sällskap bör ej öfverstiga 6 personer. Under det de gå, bestämmer ledaren ett mål, t. ex. ett träd, en stolpe, mot hvilket hvarje skytt afskjuter ett bestämdt antal pilar. Man kan härunder äfven inlägga täflan och räkna huru många pilar som träffat målet och hvilka som slagit närmast; härvid mätes pilarnes afstånd från målet i båglängder, då hvar och en mäter med sin bäge. De pilar som falla mer än 5 båglängder utanför eller på sidan om målet räknas ej.

Längdskjutning.

Denna slags skjutning är roande, ehuru ej så god som öfning, då det ej skjutes mot något bestämdt mål, och den sålunda ej kräfver någon skicklighet att träffa. Den är deremot ganska farlig för bågen, då skytten

lätt förledes att fresta denna öfver dess förmåga, för att få pilen att gå långt.

Den som skjuter sina pilar längst är vinnare.

Öfningen bör verkställas på ett stort och öppet fält.

Vid denna längdskjutning sänkes bakre handen något, på det att pilen må få en mera krökt bana och följaktligen gå längre. Med en vanlig 6 fots båge bör pilen skjutas minst 600 fot.

Allmänna regler.

1. Då du börjar att lära dig bågsjutning, tag aldrig en styf båge, utan välj en som du med lätthet kan spänna; byt sedan ut den mot en styfvare efter som du blir starkare och skickligare.

2. Skjut aldrig med en annans båge utan lof.

3. Sätt aldrig pilen under strängen eller sigta då någon står mellan dig och skotttaflan.

4. Slarfva aldrig vid skjutning, utan gör ditt bästa.

5. Försök alltid att intaga en riktig och vacker ställning.

6. Undersök alltid bågen och strängen innan du börjar skjutningen.

7. Medtag alltid en eller två reservsträngar.

8. Håll alltid dina pilar rena och fjäderna släta och se till att ingen pil saknar spets.

9. Fatta pilen, då du uttager den från taflan eller marken, så långt ut på spetsen som möjligt, samt vrid den rundt, annars brytes den lätt.

10. Är du nybörjare, så skjut på mycket korta håll; börja på 25—50 fot.

SPJUTKASTNING.

I. Materielen.

a) *Kastkappen.* Denna, afsedd att användas vid förberedande öfning, bör förfärdigas af något lätt träslag, såsom rätspjelkad, rundhyflad furu; bäst äro dock rätvuxna, unga tallar eller enar. Främre ändan, något tillspetsad, förses med en påträngd metallring omkring två tum från spetsen.

b) *Spjutet.* Detta består af två delar: skaftet och spetsen. Det förra, förfärdigadt af rätklufven ask eller rätvuxen en, bör vara minst 6 men väl 8 à 9 fot långt, beroende på kastarens styrka, samt omkring $2\frac{1}{2}$ tum i omkrets vid handtaget och något smalare i bakre ändan. Spetsens form kan vxela; dock har det visat sig, att en cylindrisk hylsa af jern med konisk spets är för kastning mot trätafla den förmånligaste. Spetsens längd kan vxela från 6 till 10 tum, och ligger särdeles vigt uppå, att den starkt fästes vid skaftet, hvilket införes så långt i hylsan, att det

erhåller stöd mot den massiva, koniska spetsen. För utseendets skull hafva äfven förfärdigats spjutspetsar med blad, liknande våra förfäders spjut från brons- och jernaldern. När spjutet är färdigt, förses skaftet vid tyngdpunkten med en starkt påslagen lindning af garn, motsvarande minst handens bredd. Spjutets vikt vexlar mellan 1 och 2 skålpund; $1\frac{1}{2}$ är lämpligast.

c) *Taflan*. Denna förfärdigas af två eller tre släthyflade en tums tjocka skifvor, 4 fot i fyrkant, hvilka starkt hoplimmas så att fibrerna binda hvarandra. Denna kan förses med ben och ställas fristående, då öfningen eger rum utom hus. Inom hus fastnaglas den på en större plankvägg, för att uppfånga bommarna. På taflan uppmålas sedan prick och ringar, efter samma grunder som vid bågskjutning.

II. Ställningen och kastet.

Kastningen öfvas lika mycket med venster som med höger hand. Ställningen härvid är följande:

Den kastande, vänd mot taflan, gör halft venster (höger) om, framflyttar högra (venstra) foten ett fullt steg, öfverflyttar kroppstyngden på bakre benet, hvilket något böjes, med främre knäet sträckt; öfverlifvet böjes lindrigt bakåt, med venstra (högra) axeln bortvriden. Spjutet fattas med fullt tag af venstra (högra) handen om lindningen, venstra (högra) armen föres bakåt, nästan rak, så att spjutspetsen kommer i jemnhöjd med ögat och bakre ändan något lägre, i synnerhet vid kastning på längre håll. Spjutet bör före kastet strängt hållas i den rigtning, det skall kastas, hvilken tages så, att handen, spjutets spets och målet ligga i samma lodplan; blicken fästes stadigt på målet. — Kastet verkställes sålunda, att spjutet, framslungadt med nästan rak arm, ständigt förblir i samma lodplan som vid rigtningen. Härunder fram-

föres kroppstyngden öfver främre knäet, som något böjes, hvarvid bakre knäet sträcket. Då handen vid kastet släpper taget, bör detta ske så, att bakre ändan af spjutet ej ryckes nedåt, hvaremot det gifves en roterande rörelse genom en lätt ryckning af fingrarne. Spjutets ställning i taflan efter verkstaldt kast bör vara med bakre ändan något högre, eller så att anslaget sker med spjutet i nedslagsvinkeln, då träffar det hårdast.

III. Täflingskastning.

Denna tillgår på följande sätt: En ledare utses. Kastens antal bestämmes, och böra de ej understiga 12 på hvardera handen. Dessa kastas efter hvarandra. Om den kastande har två spjut, går det fortare, då en kamrat kan uttaga och återbära det ena spjutet då det andra kastas. När 1:sta man kastat det bestämda antalet, framträder 2:dra man, och tillvägagås på samma sätt, o. s. v. Tafla och protokoll uppgöras efter samma grunder som

för täflingskjutning på pilbåge är beskrifvet. Afståndet kan vara 30, 40, 50, 60, ända till 70 fot. De täflande kunna äfven indelas i lag på 3 man i hvardera.

Täflan i *längdkastning* är en lika stärkande som roande öfning. Kastet utföres efter samma grunder som kastning mot måлтаfla. Afståndet räknas till den punkt spjutet först träffar marken; om det sedan glider på marken får detta ej tagas med i räkningen.

Ett spjut på $1\frac{1}{2}$ skålpund bör kastas af en stark yngling ända till 100 fot och deröfver; 80 fot torde vara det normala.

IV. Allmänna regler.

1. Innan spjut får begagnas, måste grundlig öfning med kastkappen hafva egt rum, så att kastaren är fullt säker att alltid träffa taflan på sätt som ofvan är beskrifvet, ty i annat fall bräckes lätt det dyrbarare spjutet.

2. Iakttag, att kastningen, såväl med käppar som spjut, alltid börjar på mycket kort håll, som sedermera i mån af färdighet ökas. (10—20 fot.)
3. Första kastet göres alltid med venster hand.
4. Kasta aldrig mer än en i sänder mot samma taffa.
5. Hvar och en bör helst hafva sitt eget spjut.
6. En vacker och riktig ställning bör omsorgsfullt intagas vid hvarje kast.
7. Spjutet hålles alltid med spetsen uppåt, då ej kastning eger rum.





