

# skyttekort LERDUVA

grundutbildning



## Innehållsförteckning

|  |   |
|--|---|
| Upplägg del 2 .....                        | 2 |
| 4. Säkerhet, vapen och ammunition .....    | 3 |
| 5. Tävlingsgrenar .....                    | 6 |
| Internationella grenar .....               | 6 |
| Internationella, ej olympiska grenar ..... | 7 |
| Nationella grenar .....                    | 7 |
| Teknikträning .....                        | 9 |

**Copyright:** Svenska Skyttesportförbundet

**Utgivningsdatum:** 2018-05-10

**Fotograf framsida:** Anders Bore

**Kontakt:**

Svenska Skyttesportförbundet

Idrottens Hus

114 73 Stockholm

08-699 63 70

office@skyttesport.se

## Upplägg del 2

Välkommen till det kompletterande materialet för utbildningen Skyttekort – Lerduva. Här hittar du grenspecifika bestämmelser kring säkerhet, ammunition och tävlingsgrenar i lerduva.

Denna del av utbildningen är grenspecifik och är ett obligatoriskt komplement till den generella delen av utbildningen.

Detta skyttekort är obligatoriskt för att kunna söka tävlingslicens i SvSF.

### ***Kompletterande material***

Regelboken för internationellt skytte

Vapenlagen och dess tillämpning

Blanketter för licensansökan, lånelicens

### ***Fördjupningsmaterial***

Om ni vill arbeta mer med något område än vad som erbjuds här, kan ni hitta fördjupningsmaterial på hemsidan: [www.skyttesport.se](http://www.skyttesport.se)

## 4. Säkerhet, vapen och ammunition

### *Säkerhet*

Eftersom vi har gevär som våra idrottsredskap måste alltid säkerheten komma i första hand. Det finns ingen ursäkt att bryta mot gällande säkerhetsbestämmelser. Om man utgår från att alltid behandla ett gevär som om det vore laddat så klarar man de flesta situationer. För din och andras säkerhet och trevnad på skjutbanan skall geväret alltid bäras brutet respektive öppet, utan att ha patroner i lopp eller magasin, då ser alla att geväret är oladdat.

1. Betrakta alltid ditt gevär som laddat.

2. Geväret skall alltid vara brutet eller med öppet slutstycke.

3. Sikta, rikta eller peka aldrig med ditt gevär mot andra människor.

Provanläggning och siktning får endast ske efter tillåtelse inom skjutsektorn eller mot mål på anvisad plats (riktning).

4. Du har själv ansvaret för att ditt gevär inte hamnar i orätta händer.

5. Det är var och ens skyldighet att kunna och följa gällande lagstiftning.

6. Hörselskydd och skyddsglasögon rekommenderas att användas av alla personer inom banområdet för undvikande av hörsel- och ögonskador.

**Var ej rädd för att säga ifrån om du ser någon bryta mot dessa regler!**

### *Utrustning*

#### *Gevär*

Tillåtna gevär inom lerduveskyttet är hagelgevär av typen brytvapen. Så kallad "bockbössa" där piporna är placerade ovanpå varandra är vanligast. En annan typ av brytvapen är "side by side" med piporna vid sidan av varandra men även "halvautomatvapen" förekommer. Ett hagelgevär, för lerduveskytte, skall vara så konstruerat att det endast går att ladda med två patroner. Eftersom det finns ett flertal olika fabrikat så är det, ur säkerhetssynpunkt, viktigt att man förvissar sig om hur det fungerar innan man börja använda det.

#### *Ammunition*

International Shooting Sport Federation (ISSF), är den internationella organisation som beslutar om vilka regler som skall gälla i de olympiska grenarna. Enligt ISSF:s reglemente får man endast använda hagelpatroner laddade med max 24 gram hagel i de olympiska grenarna och hagelstorleken får vara maximalt 2,5 mm i diameter (US no.7). Detsamma gäller Nordisk trap och Nationell skeet.

De internationella reglerna för Sportinggrenarna förskriver max 28 gram hagel och max. 2,5 mm diameter. För Trap och Dubbeltrap samt sportinggrenarna har vi ett nationellt undantag som tillåter patroner med max. 28 gram hagel och max. 2,85 mm diameter.

## **Hagelmaterial**

Sedan hagelskyttets begynnelse i början av 1800-talet har hagel varit gjorda av bly som är ett "perfekt" hagelmaterial; tungt, mjukt och segt. Bly är dock giftigt vilket medfört att samhället under 1980- och 90-talen önskat minska blyanvändningen inom många områden varav hagelskyttet varit ett. 1999 beslöt Sveriges Riksdag om en avvecklingsplan av blyet. Blyhagel är därför från den 1 januari 2000 förbjudet vid allt lerduveskytte. För att kompensera för den något lägre anslagsenergin tillåter därför SvSF tyngre hagelladdningar i vissa grenar enligt undantagen beskrivna ovan.

## **Kolvanpassning**

Individuell kolvanpassning har en mycket avgörande betydelse för att man ska kunna skjuta bra träffresultat vid snabba skottlägen och mot rörliga mål. Ett effektivt hagelskytte bygger på en kombination av två saker. För det första så är det målbilden som du ser, förhållandet mellan mynning och mål, och för det andra så är det känslan av att kolven läggs an mot kindbenet. Med en rätt anpassad kolv så ska bössan skjuta rätt när du lägger kolvkammen mot kindbenet. Träffcentrum på hagelsvärmen bör ligga något högre än riktpunkten på prov skjutningstavlan (c:a 2/3 delar av svärmen) och detta för att skytten ska rikta pipans mynning något under målet, för att skytten ska se målet när skytten skjuter.

Börja med att skjuta träffbilder med hagelbössan i färdig anläggning för att få optimal anläggning mellan kolv och kindben. Peka i startläget pipmynningen något under målet och lyft sedan mynningen i ett lugnt tempo upp till målet och avfyr ett lugnt skott.

Om du får konsekventa fel lägen på träffbilden trots att du gör bra anläggningar med kolven mot kinden, måste du åtgärda kolven för att rätta till detta problem. Här duger det inte att tro att man kan kompensera felaktiga träffbilder genom att medvetet sikta fel. Detta fungerar endast när du står vid tavlan och skjuter och har möjlighet att tänka hur du ska sikta "fel" för att träffa rätt.

Vid skytte eller skytteträning är det oerhört svårt att kompensera målbilden för att träffa rätt, näst intill omöjligt. När du har skjutit färdigt med anläggning och anpassat hagelbössan till bra träffbilder, kan du med ett lugnt och kontrollerat tempo skjuta med lyft av kolven till anläggning för att se om du behärskar tekniken så bra att du får likartade träfflägen vid varje skott. Öka efterhand lyfttempot så att du tränar för att kunna skjuta kontrollerade snabba skott.

## **Åtgärder vid felanpassad kolv**

Om man vid skyttet på tavlan får konsekventa fel lägen på träffbilderna trots att man gör bra anläggningar, måste man åtgärda kolven. För att rätta till träffläget så måste kolven justeras, det bästa är att börja med provisoriska åtgärder innan man bygger om kolven permanent. Då kan man använda lösa kolvkammor av gummi, som finns att köpa hos vapenhandlare, som tejpas fast på kolvkammen. Modellera, frigolit, wellpapp och tejp är andra hjälp medel som kan användas.

Grundregel för kolvanpassning är att alla åtgärder som man gör på kolven flyttar träffläget åt samma håll. Om man skjuter för låga träffar så måste kolvkammen höjas för att kompensera felet.

### **Lerduveskytte**

Grunden i lerduveskytte är att man med följsamma rörelser skall träffa flygande mål, lerduvor, inom olika skjutsektorer. Lerduvorna kan liknas vid ett tefat, vanligaste typen av lerduvor är orange till färgen och har en diameter på cirka 11 cm. Andra dimensioner, färg och form förekommer, i grenen sporting. Flash duvor (duvor som innehåller ett färgpulver) används ofta vid finalskjutningar för att publiken lättare skall kunna se träffarna. Lerduvan splittras vid träff, vilket innebär att du i skottögonblicket kan avgöra om det blir träff eller bom. Den skytt eller det lag som träffar flest duvor vinner.

### **Skjutteknik**

Det finns nästan lika många skjutstilar som antalet skyttar men en bra grundregel är att man står bekvämt (okomplicerat) på plattan och har full rörelsefrihet inom hela skjutsektorn som gäller för stationen, oavsett gren. Skjutsektorn är oftast begränsad eller utmärkt med stolpar eller liknande.

### **Färdigställning**

Grunderna för en bekväm skjutställning läggs redan i färdigställningen. Skytten bör lära sig hur han/hon ska "ställa" in kroppen och geväret för att få god balans och följsamma rörelser när han/hon skjutet. Balans i kroppen minskar muskelspänningen och ger därmed skytten större förutsättningar för en följsam och avspänd rörelse.

### **Fotställning**

Skytten ska stå på skjutstationen så att han/hon kan skjuta bekvämt mot hela banan. Benen ska vara raka och vila naturligt i knäleden utan anspänning. En för bred fotställning försvårar vridningen vid målföljningen och ger ett stelt skytte. För tätt mellan fötterna ger dålig balans och kroppen känns därmed instabil. Mer information om skjutteknik får du under respektive gren.

## 5. Tävlingsgrenar

### Internationella grenar

#### *Trap (olympisk gren)*

Internationellt sett kan man nog betrakta trap som Formel 1 inom lerduveskyttet. I Norden finns ett begränsat antal skjutbanor med den kastmaskinstatus som fordras för tävlings- och träningsverksamhet, vilket innebär att grenen har relativt få utövare här. Skjutstationerna, fem stycken, är placerade på en linje 15 meter bakom maskingraven där de 15 kastmaskinerna finns. Kastmaskinerna är placerade i rak linje och arrangerade i grupper om tre. Maskinerna är dolda under ett tak och skytten vet ej från vilken kastmaskin i gruppen eller i vilken riktning duvan kastas. Man skjuter en duva per station, två skott får avlossas och flyttar därefter till nästa station. Efter station fem går man bakom skyttarna och huvuddomare tillbaka till platta ett och fortsätter så tills 25 duvor (en serie) har avverkats. En tävling omfattar 125 duvor.

#### **Skjutstil**

Vid färdigställning har du kolven till axeln redan från start och är därmed färdig att avlossa skott, detta för att hinna med tempot när duvan kastas. Skjuttekniskt sett är tillvägagångssättet så att när duvan blir synlig registrerar man duvans riktning och sedan pekar man ifatt duvan bakifrån (underifrån) i en upphinnande svingrörelse och avfyrrar mot duvan. Rörelsen får absolut inte avstanna i skottögonblicket.

#### *Skeet (olympisk gren)*

Skeet är den olympiska gren som är mest utbredd i Sverige. Skeet skjuts på en bana med ett torn (högt placerad kastmaskin) till vänster och en låda (lågt placerad kastmaskin) till höger med sju skjutstationer utplacerade i en halvcirkel räknat från torn till lådan samt en åttonde station mellan tornet och lådan. Duvornas kastriktning och kasthöjd är fastinställda enligt reglementet och man skjuter både på enkla duvor (duva kastad från en maskin) och dubbléer (en duva från vardera maskinen som kastas samtidigt). Vid skytte mot dubbléer måste en av duvorna skjutas före den andra enligt ett förut bestämt mönster. Endast ett skott får avlossas mot varje duva. En hel tävling omfattar 125 duvor. Skytten skall ha en tydlig märkning på klädseln i höjd med armbågen där kolven skall hållas mot kroppen i färdigställningen, enligt reglementet. Skytten får påbörja anläggningen först när duvan blir synlig utanför kastaren.

#### **Skjutstil**

Det finns flera sätt att skjuta skeet på, ett exempel är att med upphinnande sving eller s.k. genomsving vilket innebär att när duvan blir synlig, starta, gå ifatt, igenom duvan och avfyra. Ett annat, kanske lite snabbare sätt, är att starta svingen med gevärspiporna framför duvan. Kan beskrivas som att man inte släpper duvan förbi piporna i startögonblicket.

### Internationella, ej olympiska grenar

#### *Dubbeltrap*

Skjutstationerna i dubbeltrap är lika som i trap, men endast den mittersta maskingruppen används. Tre olika program används, A-program, B-program samt ett C-program. Dubbléerna kastas slumpmässigt men på varje skjutstation ska skytten erhålla en dubblé från varje program någon gång under serien. En serie omfattar 15 dubbléer och en hel tävling omfattar 150 duvor (fem serier).

## **Skjutstil**

Skyttens färdigställning är identisk med trap, med geväret till axeln färdigt att avfyras. Skyttetekniskt är det viktigt att vid starten ha bestämt sig för vilken av duvorna man skjuter på först och efter första skottet mjukt växlar över till den andra duvbanan för att gå in i rätt rörelseriktning mot andra duvan.

### ***Nordisk trap***

Nordisk trap är en stor lerduvegren. Avståndet och duvornas hastighet är mindre än i trap och tävlingsformen är därför utmärkt som introduktion i lerduveskyttet. Fem skjutstationer är placerade tio meter bakom kastmaskinen som är rörlig i sidled men med fast inställd höjlevation enligt regelboken. Skytten får endast skjuta ett skott per duva. En mästerskapstävling omfattar 150 duvor.

## **Skjutstil**

Skyttens färdigställning är samma som i skeet samt att man har samma markering på klädseln i höjd med armbågen där kolven skall vidröra kroppen.

### ***Automat trap***

Automat trap, liknar trap med skillnaden att man endast har en eller tre kastmaskiner i maskinhuset. Varje maskin har en motor för höjlevation och en motor för sidorörelsen för att i möjligaste mån efterlikna trap. Automat trap är ett betydligt billigare alternativ för klubbar som saknar ekonomiska möjligheter att bygga en internationell trapbana med 15 kastmaskiner plus ett kostbart programverk. En tävling omfattar 125 duvor. Skjuttekniskt är automat trap identiskt med trap.

### ***Sporting***

För sporting finns två internationella organisationer; FITASC för Sporting och Compak Sporting och ICTSF för Engelsk Sporting. Sporting är ett lerduveskytte där stationerna har olika typer av duvor samt kastvinklar från olika håll och kanter. Kastmaskiner är utplacerade i olika naturmiljöer; i torn, bakom buskar och plank. Det finns även så kallad kompakt sporting och fasta anläggningar där man ofta utnyttjar redan befintliga maskiner på trap och skeet banor mm. En tillfälligt uppbyggd sportingbana skall besiktigas säkerhetsmässigt av en banläggare innan den tas i bruk. En tävling omfattar 25-200 duvor.

## **Skjutstil**

De vanligaste teknikerna i sporting är "genomsving", "sikta mitt på" och "konstant framförhållning". "Genomsving" (se skeet) tar lite längre tid att skjuta och fungerar därför bäst på nära håll. "Konstant framförhållning" bör man använda på lite längre håll (25-50 m). Här startar man direkt framför duvan, tar rätt framförhållning och avfyrar. "Sikta mitt på" bör användas på duvor som faller ner från himmeln. När man ser duvan siktar man mitt på den, följer duvans bana noggrant, drar fram till framförhållningen och avfyrar.



## Nationella grenar

### *Nationell skeet*

Nationell skeet är en något enklare variant av skeet, där fyra av de svårare dubbléerna har ersatts med enkla duvor. I övrigt är regler och färdigställning samma som i skeet. En hel tävling omfattar 200 duvor.

### *Övriga grenar som förekommer runt om i världen*

”Balltrap” en internationell variant på nordisk trap med litet annorlunda placering av kastaren.

”Down the line” (DTL) ännu en form av trap där skyttarna flyttas bakåt från kastmaskinen, det vill säga svårighetsgraden ökar med avståndet.

### *Klassindelning*

Klassindelningen inom sportskyttet bygger på internationella bestämmelser.

Junior: t.o.m. det år man fyller 20.

Senior: fr.o.m. det år man fyller 21.

Vet 50+: fr.o.m. det år man fyller 50.

Vet 60+: fr.o.m. det år man fyller 60.

Vet 70+ (denna klass skjuts endast på mästerskap, ej på testtävlingar):

Fr.o.m. det år man fyller 70.

Fitasc Veteran: fr.o.m. det år man fyller 56

Fitasc Super veteran: fr.o.m. det år man fyller 66

### *Träning*

Tag för vana att börja varje träning och tävling med ett program för uppvärmnings- och rörlighetsträning i ca 10 - 15 minuter. Uppvärmningen har till uppgift att öka blodcirkulationen i musklerna. Efter uppvärmningen fungerar samspelet mellan nerver och muskler bättre. Reaktionstiden blir därmed kortare, vilket gör att kroppen kan arbeta effektivare under skyttet.

Rörlighetsträningen är viktig för att undvika belastningsskador och spänningar i skjutställningen. Rörlighetsträning en stund innan tävlingsstarten gör att man slappnar av, samt att man minskar risken för skador. Precis som i all annan idrott, så krävs det mycket och rätt träning om man vill bli duktig i lerduveskytte. Därför är det viktigt att man lär sig hur kroppen reagerar på olika träningsformer, och vad som krävs för att kroppen på bästa sätt ska tillgodogöra sig träningen.

### *Uppvärmning*

1. Börja uppvärmningen lugnt och öka successivt intensiteten. Kroppen behöver tid på sig för att bli varm.
  2. Inled med att jogga eller med olika hopp.
  3. Jobba med så många stora muskelgrupper som möjligt genom enkla rörelser.
  4. Undvik snabba riktningsförändringar och spurter.
  5. Undvik längre, avkylande pauser under både uppvärmningen och huvudaktiviteten.
- Ta på dig kläder som håller värmen.

## ***Teknikträning***

Förmågan att lära in olika rörelsemönster och skjutställningar varierar. En del har lättare att lära än andra. För all teknikträning är viljan av stor betydelse. Det krävs många träningstillfällen innan tekniken blir automatiserad. Det är också viktigt att man får positiv feedback på det man gör. Under teknikträning ska fokuseringen ligga på den detalj som man tränar på (ex rörelsen). Det är svårt att jobba med tekniken samtidigt som man räknar antal träff. Skjuttekniken kan man med fördel träna utan att lossa ett enda skott, genom s.k. "torrträning". Gå igenom en serie med start, anläggning, målfokusering, rörelser och avfyrning med slutna ögon och naturligtvis oladdat vapen. Känn efter och tänk igenom momenten under skjutningen. Fördelen med torrträningen är att ingen rekyl eller missad duva stör din bild av förloppet. Genom denna "torrträning" kan man göra stora förbättringar på sitt skytte till en ringa kostnad



# SVENSKA SKYTTESPORTFÖRBUNDET

[office@skyttesport.se](mailto:office@skyttesport.se) | [www.skyttesport.se](http://www.skyttesport.se)