

◎ Tidskriften

BÅGSKYTTE

Årgång: 51 Nr 2 1998

**Träningen
och "knoppen"**

**Månadens
reportage!
Anna
Sundberg**

**Fler klubbar
får egen
skjuthall!**

**Bågtestet
Martin Rage**

**Bågskytten följer
JVM i Sunne!**

SVENSKA  Officiellt organ för
BÅGSKYTTEFÖRBUNDET



Annad Sundberg



"Känna att spänningen pirrar i kroppen och sedan gå fram till skjutlinjen och skjuta bra, vilken härlig känsla."



Namn: ANNA SUNDBERG
Klubb: IF KARLSVIK
Ålder: 15 år
Skjutstil: COMPOUND
Skjutit sedan: 1991, compound sedan 1996

Personliga rekord

12 meter:	577 p (S.R. 577 p)
18 meter:	557 p (S.R. 562)
18 m/12 pil final:	116 p (S.R. 116 p)
Y.J-rond ute:	1317 p (S.R. 1334 p)

Största meriter: Ett 10-tal Svenska Rekord under 1997, SM-1:a Inomhus 1997 i Tranås,

Anna Sundberg har efter några år som fristilsskytt nu övergått till compoundskytte. Anna hittade nästa genast rätt när hon bytte, hon kunde redan efter några få månader visa på resultat som de bästa i hennes årsgrupp skjutit. Tyvärr för Anna så var, och är, intresset mycket svalt för compound av flickor i Norrland.

Detta gjorde att Anna ofta, nästan aldrig, hade någon att skjuta emot. Hon fick då tävla mot killarna.

En uppgift som i början kanske inte var så rolig men som nu när Anna nått de poäng som tangerar att vara bättre än killarna enbart är roligt.

Roligaste segern då undrar vi förstås?

- Vinsten över alla "gubbarna" i HC19 i Skellefteå, där jag sköt 2 svenska rekord + SM Guld i Tranås inomhus 1997. - Det är väldigt roligt att "spöa" killarna i

tävling, framförallt om det är någon utav mina klubbkompisar i Karlsvik, skrattar Anna. Skrattet är något av Annas specialitet.

- Ja, om man skulle ta allt "gravallvarligt" skulle nog inte mycket vara roligt. - Man skall alltid titta framåt och aldrig gräva ner sig i en dålig pil eller en dålig serie, fortsätter Anna.

- Jag har aldrig svårt att koncentrera mig men jag väntar till jag står på skjutlinjen innan jag börjar med detta. Anna försöker att titta framåt.

-Vad har du för framtidsplaner?

-Först skall jag försöka vara i bra form till JSM Inomhus i mars, därefter kommer jag att sikta in mig på att försöka bli uttagen till Junior-VM i Sunne.

- Det skulle vara kul att få vara med på ett JVM redan som 15 åring, fortsätter den fortfarande mycket glada Anna.

-Vad siktar du på längre fram då?

- Kanske försöka att fortsätta utvecklas, försöka slåss om en plats i juniorlandslaget och kanske någon gång i framtiden "knacka på seniorlandslagsdörren".

-Hur mycket tid lägger du ner idag på din sport?

-Jag tränar bågskytte 3 gånger i veckan. Utöver det så tränar jag kondition 1 gång i veckan och mental träning 3 gånger i veckan. Jag tycker det är en lämplig "dos",



man får inte träna sig less när man är ung, man måste hinna med annat också.

- Vilken rond gillar du bäst?

- Finalronderna. Känslan att skjuta en final, stå man mot man, känna att spänningen pirrar i kroppen och sedan gå fram till skjutlinjen och skjuta bra, vilken härlig känsla. Även en utomhusrond, helfita, går bra.

- Är det din pappa som tränar dig?

- Ja. I första hand är det pappa Lars som hjälper mig, men jag får ofta råd och idéer av övriga klubbkompisar. Utöver det så är jag med i "Norrlandsgruppen" och får även mycket hjälp från tränarna i den gruppen.

- Vilka är dina idoler?

- Inga speciella, men Petra Ericsson är nog den som man kan kalla idol. Även en skytt i klubben, men vem det är vill jag inte avslöja.

- Vad är sämst med att bo på Alnö?

- Det skall i så fall vara att vi får vänta så länge på utomhussäsongen p.g.a. all snö och att det tyvärr är så få compoundflickor i närheten. Även att det är långt till stan (Sundsvall) tycker Anna är dåligt.

- Ge en kort beskrivning varför bågskytte är roligt.

- Eftersom både mamma och pappa skjuter så är det trevligt att man kan göra saker tillsammans hela familjen.

- Man träffar mycket kompisar runt hela landet som man lär känna och blir vänner med.

- Man kan tävla mot "alla". På träningarna genomförs många hårda duster med klubbkompisar som är både 2- och 3-gånger så gamla som jag, det är roligt.

Extra roligt förstås när man vinner en sådan match.

- Sammanhållningen i Karlsviksklubben är också en viktig bit. Det är många i klubben med landslagsmeriter, Kristina Nordlander, Christa Bäckman, Stefan Nilsson, Mats Nordlander, Henrik Vängman mlf., men alla hjälper alla vilket är mycket bra. Lyckas man på en tävling gläds alla.

- Till sist. Vad gör du om 10 år?

- Jag skjuter fortfarande båge. Förhoppningsvis så skjuter jag båge i världseliten och reser mycket.....!?

*Text: Gulimar Åkerlund
Bild: Stefan Nilsson
Bearbetning: Mikael Svahn*