



Skiskyting for syns-og  
bevegelseshemmede

# Norges Skiskytterforbund

- NSSF tok formelt over ansvaret for syns-og bevegelseshemmede 1.januar 2007.
- Frode Bukkvoll har siden mai 2010 vært ansatt som integreringskoordinator i NSSF. Han er i tillegg trener for landslaget for funksjonshemmede.
- Halvard Colbjørnsen representerer NSSF på enkelte breddetiltak.

- NSSF er behjelpelig med råd/tips overfor både klubber og kretser slik at funksjonshemmede skal få mulighet til å utøve skiskyting.
- Det er vanskelig å komme med en bestemt oppskrift for tilrettelegging og integrering av funksjonshemmede, da hvert enkelt tilfelle som regel er spesielt.
- Det oppfordres til at klubber, kretser og foreldre tar kontakt om de ønsker bistand.
- Kontaktinfo ligger på [www.skiskyting.no](http://www.skiskyting.no)

# Tekniske data

- Bevegelseshemmede benytter luftgevær, mens synshemmede bruker lydgevær.
- Skyteavstanden er på 10 m.
- Ingen går med geværet i løypa. Trener eller støtteapparat overleverer geværet til utøver på matta.
- Feinwerksbau og Steyr er de mest brukte luftgeværene.
  - Et nytt Steyr-gevær koster i dag ca 20 000 kr. Det er mulig å få andre merker ned i ca 10 000 kr.



- Idrettslaget TRY
  - 10 stk luftgevær kjøpt inn til barn og unge.
  - Gode erfaringer etter en sesong.
  - Noe for andre klubber?

- Luftgeværene er utsatte for vær og vind. Sterk kulde medfører redusert trykk fra luftpatronen og påfølgende fallende treffbilde.
- Fra Norges side hadde det vært ønskelig at man brukte 22.cal, da det ville gjort at man i større grad kunne utelukket tilfeldigheter.
  - Det er dessverre vanskelig å få til, da det i enkelte land ikke er tillatt for funksjonshemmede å ha denne typen våpen.
- Forslag fra Canada om å redusere størrelsen på blinken, men Norge stemte imot under årets VM.

# Toppidrett



- Landslaget for funksjonshemmede består av Nils-Erik Ulset og Trygve Larsen. Begge presterer godt på internasjonalt nivå.
  - Ulset, som konkurrerer i klassen for stående, vant årets World Cup sammenlagt.
    - I tillegg 2 sølv fra VM i Khanty-Mansiysk.
  - Larsen, som konkurrerer i klassen for sittende, ble nr. 3 i World Cup sammenlagt.
    - 4.plass beste plassering i VM.

# Treningsksamlinger

- De fleste samlinger gjennomføres i tett samarbeid med NSF.
- Antall samlingsdøgn ca 35-40.
- Ønske om å knytte oss nærmere opp mot lag tilknyttet NSSF.
  - Spesielt gunstig opp mot skytedelen, da vi kun er to utøvere.

# Trening og skole

- Utøverne legger ned ca 750 timer fysisk trening og ca 100 timer skyting i året.
- Satsing kombineres med skolegang/deltidsjobbing for å få hjulene til å gå rundt.
- Begge får kommende sesong A-stipend fra OLT.

# World Cup

- 5 runder planlagt kommende sesong.
  - Russland, USA, Norge og Finland.
- Hver runde tar forholdsvis lang tid, da det kjøres både langrenn og skiskyting.
- IPC ansvarlig for World Cup.
  - Etterhvert over til IBU og FIS.
- Jevnt over dårlig premiering.
  - Konfekt, håndduk og putevar!



- Støtteapparatet består av trenere, smørere og fysioterapeut/manuellterapeut.

# Ulike konkurranseklasser

- Det konkurreres i tre ulike klasser i skiskyting:
  - Sittende.
  - Stående.
  - Synshemmede.
- Hver enkelt utøver gjennomgår en klassifisering bestående av en medisinsk og en teknisk klassifisør før sesongstart.
  - Ut i fra sitt handicap, får hver utøver et prosenttall.
  - Desto større handicap, jo lavere prosenttall.
  - Eksempelvis kan en utøver med ei arm ha et prosenttall på 97. Praktisk betyr det at gjeldene tid i mål blir 97% av det vedkommende klokkes inn på.

# Distanser

- Pr. i dag står det tre øvelser på programmet for skiskytterne:
  - Jaktstart.
    - Man går først en prolog på ca 1,2 km med 2 skytinger. Tillegg i tid pr bom. Deretter følger en jaktstart over samme distanse med utgangspunkt i jaktstarten. Strafferunder siste de.
  - Sprint.
    - 7,5km.
  - Normal.
    - 12,5 km.

- Norge har foreslått at konkurranseprogrammet endres slik at det blir mer likt distansene i IBU.
  - 7,5 km sprint.
  - 10/12,5 km jaktstart.
  - 15 km normalprogrammet.
- God respons fra de øvrige nasjonene under sportsforum i VM.

# Andre nasjoner

- Russland satser hardt fram mot OL i Sochi.
  - Mange løpere i alle klasser.
  - Unge løpere satses på.
  - Utøverne har gode betingelser.
    - Gull i VM resulterte i pengepremier på rundt 100 000 norske kroner.
    - Gull i OL i Vancouver: 100 000 Euro
- USA kommer med mange nye piggere pga krigsskader.

# Mediadekning

- NRK var på plass under VM i Russland. Flere innslag på sportsrevyen som følge av dette. Et stort framskritt.
- Adresseavisa har en reporter som brenner for handikapidretten.
- Forsøker å mate nettstedet med info etter konkurranser for å skape blest omkring idretten vår.

# Breddeidrett

- Det arrangeres årlig 3-4 miljøsamlinger rundt omkring i landet i samarbeid med lokale klubber/kretser.
- Vi er representert under Ridderuka, som er et årlig arrangement på Beitostølen.
- Vi arrangerer årlig sommerskiskole på Savalen sammen med NSF. I 2011 vil denne foregå i månedsskiftet juni-juli.

# Rekruttering

- Vi har lite utøvere å ta av.
- Ledermøte en god arena.
- Vanskelig å ha kjennskap til hele landet. Det er derfor viktig at kretser/klubber tar kontakt med oss i NSSF.

# Oppsummering

- Har jeg nådd målet mitt? Vet dere mer?
- Føler vi har oppnådd økt aksept/anerkjennelse opp mot funksjonsfriske det siste året, men vi har fortsatt en god vei å gå.
- Alle blir ikke toppidrettsutøvere, men bidrar vi til at personer med funksjonshemninger får en varig glede av å drive med fysisk aktivitet, har vi også oppnådd et mål. Dette vil på sikt være gunstig i et helsefremmende og forebyggende perspektiv 😊

Spørsmål

?