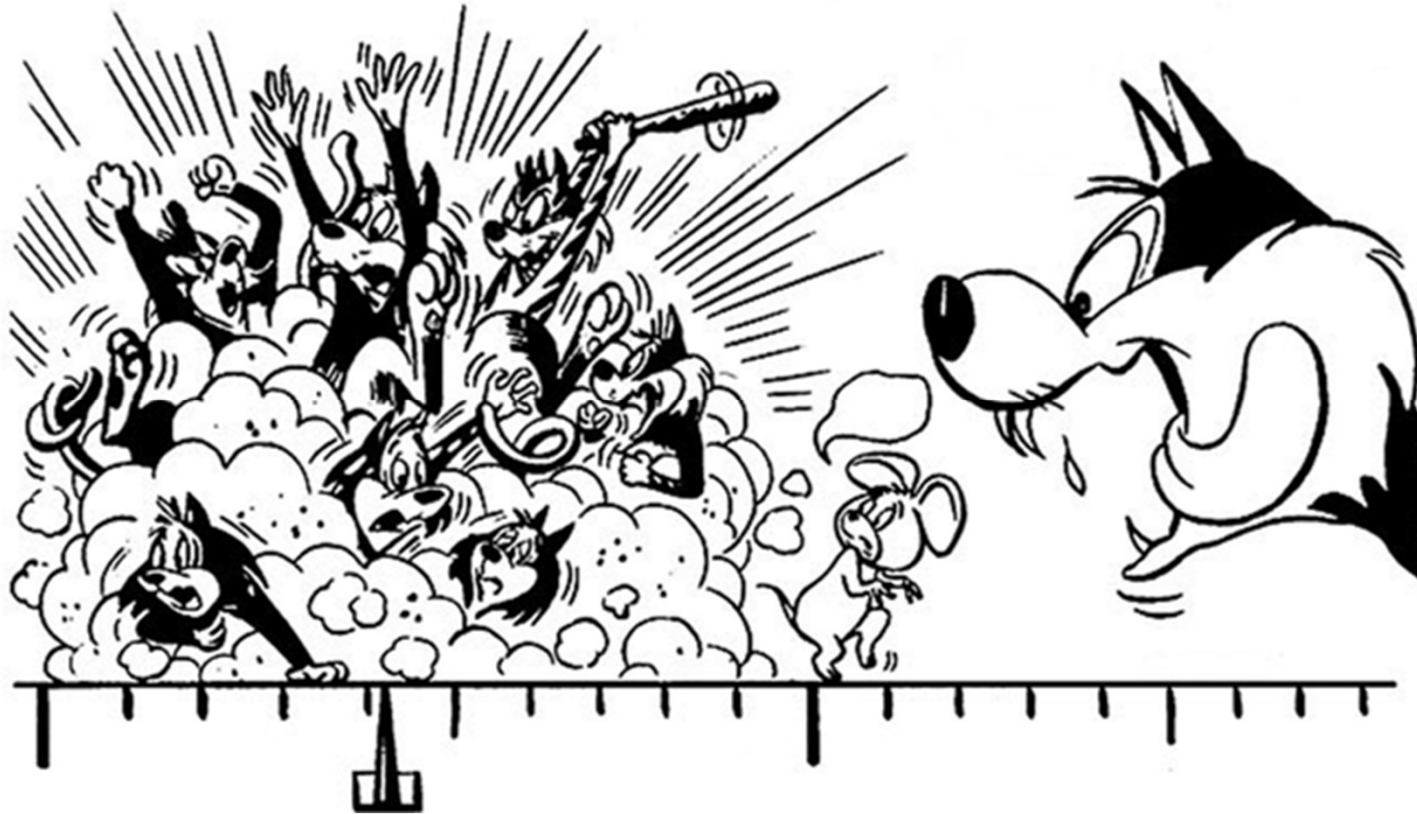


Contest eller Radiosport



Ett bra sätt bli en bättre operatör

En helt vanlig Contest dag ..



Himmel eller Helv ..? åsikterna varierar

Var tävlar jag?

- På Contestbanden
 - HF: 160, 80, 40, 20, 15 och 10m
 - VHF, UHF, SHF, det vill säga 6m och upp
- Var tar jag vägen som inte vill tävla?
 - WARC banden är contestfria
 - 12, 17 och 30m

Allas intressen är lika viktiga - oavsett man gillar eller inte gillar tester. Så om vi kan visa varandra lite respekt och förståelse så har vi kommit en lång väg. I det stora hela är faktiskt att banden är använda vårt viktigaste argument för att få behålla dem.

Radiosport - Vad är det? Varför? När?

- Ett försvenskat namn för Contesting
- Är ett sätt att tävla i radiokontakter
- Att köra så många kontakter som möjligt på en viss tid

- Är det för prispengarna?

- Mest för att det är kul!
- För att lära sig operatörsteknik och utveckla sin station
- Köra DX

- I princip varje vecka och helg
 - Ofta kortare tester under veckan
 - Längre under helgerna

Mot vem tävlar jag?

- Mig själv
- Kanske en kompis
- Alla i Sverige
- Alla i Europa
- Alla i hela Världen

- Är det viktigt att tävla “mot” någon?



Radiosport - Hur?

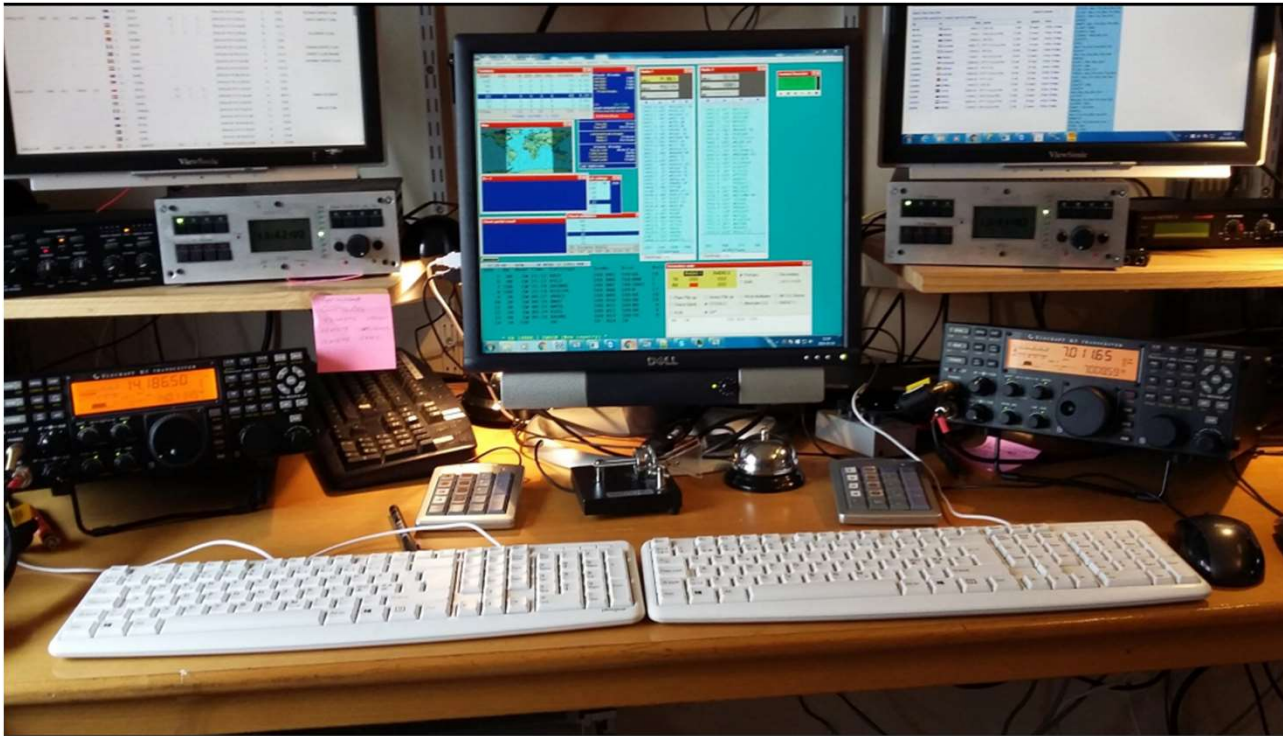
I olika kategorier

SO-Single Operator

Multi Operator



SO - Single Operator



Operatörstekniker/Strategi

- Snurra VFO, S&P
- Ropa CQ – Run
- SO2V, SO2R, 2BSIQ

Multi Operator



Många olika klasser

- M/S - Multi Op Single Tx
- M2 - Multi Op Two Tx
- MM - Multi Op Multi Tx
- Unlimited

OP tekniker/strategiAssisted

- Regler för bandbyten
- Multiplier Station
- Inband

Körtekniker

- Search & Punsch
 - Att leta och ”jaga” motstationer
 - Bra taktik att börja med
 - Inte lika effektivt som Run ..
- Run
 - Ropa CQ – låt andra stationer ”jaga” dig istället
 - Alltid fler som kör S&P än Run
 - Därför får du fler kontakter i loggen med run
 - När köra vad? Run så mycket du kan! Hitta en frekvens, håll den men när raten viker – gå över till S&P

Träna, träna, träna ..

- Kör Radio - Var aktiv på banden
 - Ha koll på konditionerna
 - När går ett visst band bra?
 - Åt vilket "håll", världsdel
- Kör många tester!
 - Delta i SHCC - SSA HF Contest Cup
 - Du blir bättre på att plocka signaler
 - Du blir bättre på att känna igen signaler
- MorseRunner om du kör CW
 - Integrerad i t.ex. DxLog
 - Fristående program annars

Sammanfattningsvis ..

- Kör själv, SO, från din station. En radio och en antenn
- Börja smått – SSA Månadstest. 1 timme, 1 gång i månaden
- Öka gradvis .. 24h och 48h tävlingar
- Tävla ihop med några kompisar
- Testa olika loggprogram, radioapparater, teknik


- Läs – Google ÄR din vän! You Tube – titta, lyssna och lär!

- Helt enkelt - Skaffa dig erfarenhet!

- Big Guns - Krävs många operatörer på en multi och de växer inte på träd

All vår början bliver svår .. Men

Nu är vi
igång!




All vår början bliver svår .. Men

Nu går vi vidare
- Steg 2

Nu då?

Vi är igång, har kört några tävlingar. Dags för nästa steg ..

- Förberedelser
 - Min station - Vad tänka på?
 - Analysera tävlingar och resultat
 - Hur ska jag orka? Sömn och kost
- 

Förberedelser

- **Läs reglerna**
 - Förstå QSO-poäng
 - Förstå multipliers
- **Konditioner**
 - VOACAP
 - RBN-data
 - PSK Reporter
 - Kolla efter expeditioner / prefix som är aktiva
- **Kolla loggar**
 - Gå igenom vinnarnas logger
 - När och var körde de vad?
- **Kolla hårdvara**
 - Radio
 - Slutsteg
 - Antenner
 - Störningar ?
 - Låter jag bra ?
- **Kroppen & Knoppen**
 - Vila ut veckan före
 - Vrid dygnsrytmen om du skall köra 48:a timmar
 - Kaffeterapi
 - Motionera
 - Planera "måltider"
 - Planera ev. pauser

Min station

- **Ergonomi**

- Stolen
- Höjd på skrivbord, höj-Sänkbart
- Belysning
- Temperatur
- Märk ALLT!
- När du alla reglage?
- Tänk på höjd på skärmar

- **Oförutsedda händelser?**

- Var finns reservsäckringar?
- Reservradio
- Kan du snabbt koppla förbi en trasig enhet?
- Hur hantera "Oväntade besök"?

- **Logg programmet**

- Senaste versionen?
 - Uppdatera cty.dat
 - Uppdatera master.dta
 - Uppdatera region-filer
 - Rätt meddelanden i CW
 - Nyckling, hur låter du?
 - Voice Keyer, Papegoja
 - Har du rätt meddelanden inlästa
-
- Torrkör .. Testa, testa, testa

Loggprogram

N1MM



- Gratis
- Aktiva utvecklare
- Stöder många tester + Egendefinierade tester
- Stöd för SO2R & SO2V
- Integrerat vattenfall

WinTest



- Engångskostnad 50€
- Seg utveckling
- Stöder en begränsad mängd tester + Klarar inte egendefinierade tester
- Dåligt stöd för SO2R

DxLog



- Gratis numera
- 9A5K (SK) - K1XM & Co har tagit över
- Stöder många tester + Egendefinierade tester
- Bra stöd för SO2R (SO2V)

Loggprogram

The screenshot displays the DXLog.net software interface with the following components:

- Summary:** A table showing logging statistics by band (160, 80, 40, 20, 15, 10) and a total score of 11,809 points.
- DXCluster [W/E/C] - Connected:** A list of active contacts with call signs and frequencies, such as 21032.6 9A9R and 21040.0 DP7D.
- Statistics:** A bar chart titled "T4AAU All band - All modes QSO points - By time" showing QSO counts over a 24-hour period.
- Map:** A world map highlighting the location of the station in Italy.
- Check multipliers:** A window showing multiplier counts for bands 160, 80, 40, 20, 15, and 10.
- Operating info:** A window showing active mode (SAP), CW speed (25 WPM), and other operational parameters.
- Check callsign:** A window showing a list of call signs and their counts.
- Rate:** A window showing logging rates for all bands, including "Last hour: 15 Q/h" and "Time on: 06:26".
- Check partials:** A window showing a list of partial call signs and their counts.
- Status:** A window showing the current station information: T4AAU, 20 MHz, CW mode, 14083.4 MHz frequency.
- Radio 1:** A window showing the current frequency (14083.4 MHz) and a list of nearby stations.
- Main Log Table:** A table at the bottom listing QSOs with columns for QSO number, Freq, Band, Mode, Time, Callsign, Sent, Rcvd, Pts, Mult, and Stn.

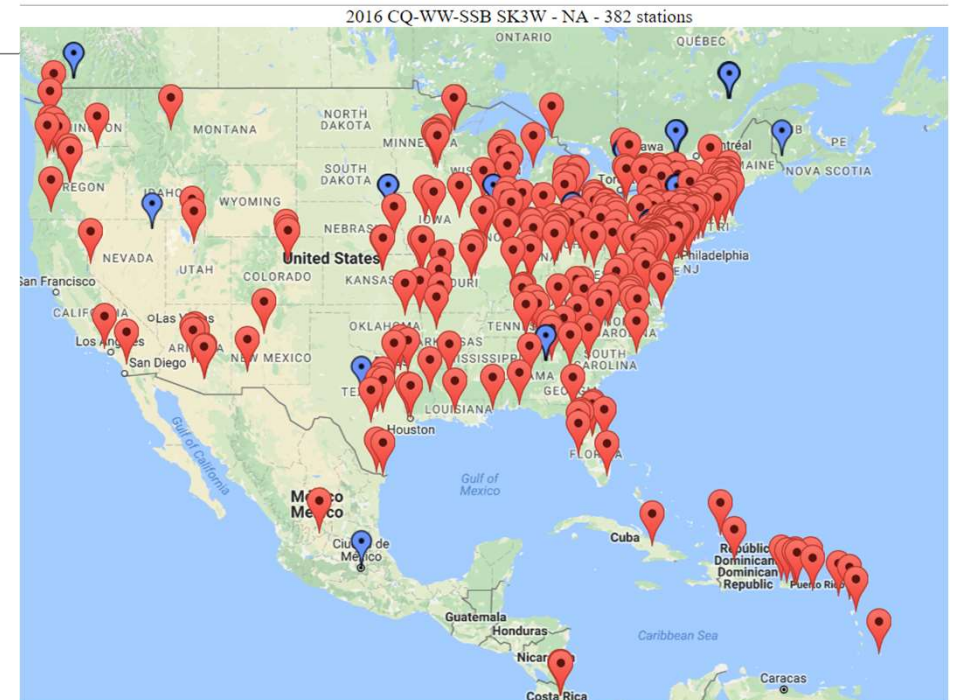
QSO	Freq	Band	Mode	Time	Callsign	Sent	Rcvd	Pts	Mult	Stn
83	14026.2	20	CW	13:04	YU5R	599	599	15	3	R
84	14034.6	20	CW	13:07	E7DX	599	599	15	3	C R
85	14072.8	20	CW	13:14	SP8FHK	599	599	15	3	R
86	14078.8	20	CW	13:21	N1MM	599	599	05	3	R
87	14084.7	20	CW	13:33	UC7A	599	599	16	3	R
88	14083.4	20	CW	13:37	UY1IF	599	599	16	3	R
89	14083.4	20	CW	13:38	OM7SR	599	599	15	3	R
90	14083.4	20	CW	13:39	UA4S	599	599	16	3	R
91	14083.4	20	CW	13:41	U71WW	599	599	16	3	R
92	14083.4	20	CW	13:43	I4X	599	599	15		R

Loggprogram

QSO	Band	Time	Call-sign	Sent	Rcvd	Pts	Mult	Stn
5329	160	04:06	DL800F	-01	-00 14	1		
5330	160	04:09	5G5Z	+00	+02 14	0		
5331	160	04:16	HD/OP20	+00	+14 14	1	C	
5332	70	08:53	3D3AG	599	599 32	3	C	
5333	70	12:20	16AA	599	599 31	3	C	
5334	40	16:40	R07A	599	599 16	1		
5335	40	16:44	EY00REX1	599	599 16	1		
5336	70	12:29	B70A	599	599 16	1		
5337	160	19:32	OY1R	599	589 14	1	C	
<i>CC SRTTUW SRTTUW TEST</i>								
5338	70	15:48	SM7	599	599			R1
<i>SRTTUW</i>								
5338	40	15:48	AA6YQ	599	599 05			R2

Analysera - loggar

QSO: 7185 PH 2016-10-29 0026 P33W	59	20	SN8B	59	15	0
QSO: 7075 PH 2016-10-29 0027 P33W	59	20	OH5NQ	59	15	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0027 P33W	59	20	S51A	59	15	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0027 P33W	59	20	MD1U	59	14	0
QSO: 7091 PH 2016-10-29 0027 P33W	59	20	EW6W	59	16	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0027 P33W	59	20	WB2P	59	05	0
QSO: 3775 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	RC90	59	18	1
QSO: 7106 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	OM8A	59	15	0
QSO: 7081 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	UR7EN	59	16	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	SN7D	59	15	0
QSO: 7067 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	RK4FL	59	16	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	K2LE	59	05	0
QSO: 3709 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	OH1F	59	15	1
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	W3ZGD	59	05	0
QSO: 7083 PH 2016-10-29 0028 P33W	59	20	OK8WW	59	15	0
QSO: 7148 PH 2016-10-29 0029 P33W	59	20	S53M	59	15	0
QSO: 7164 PH 2016-10-29 0029 P33W	59	20	K3WW	59	05	0
QSO: 3666 PH 2016-10-29 0029 P33W	59	20	EW8ZO	59	16	1
QSO: 7094 PH 2016-10-29 0029 P33W	59	20	V26B	59	08	0
QSO: 3765 PH 2016-10-29 0029 P33W	59	20	HG7T	59	15	1

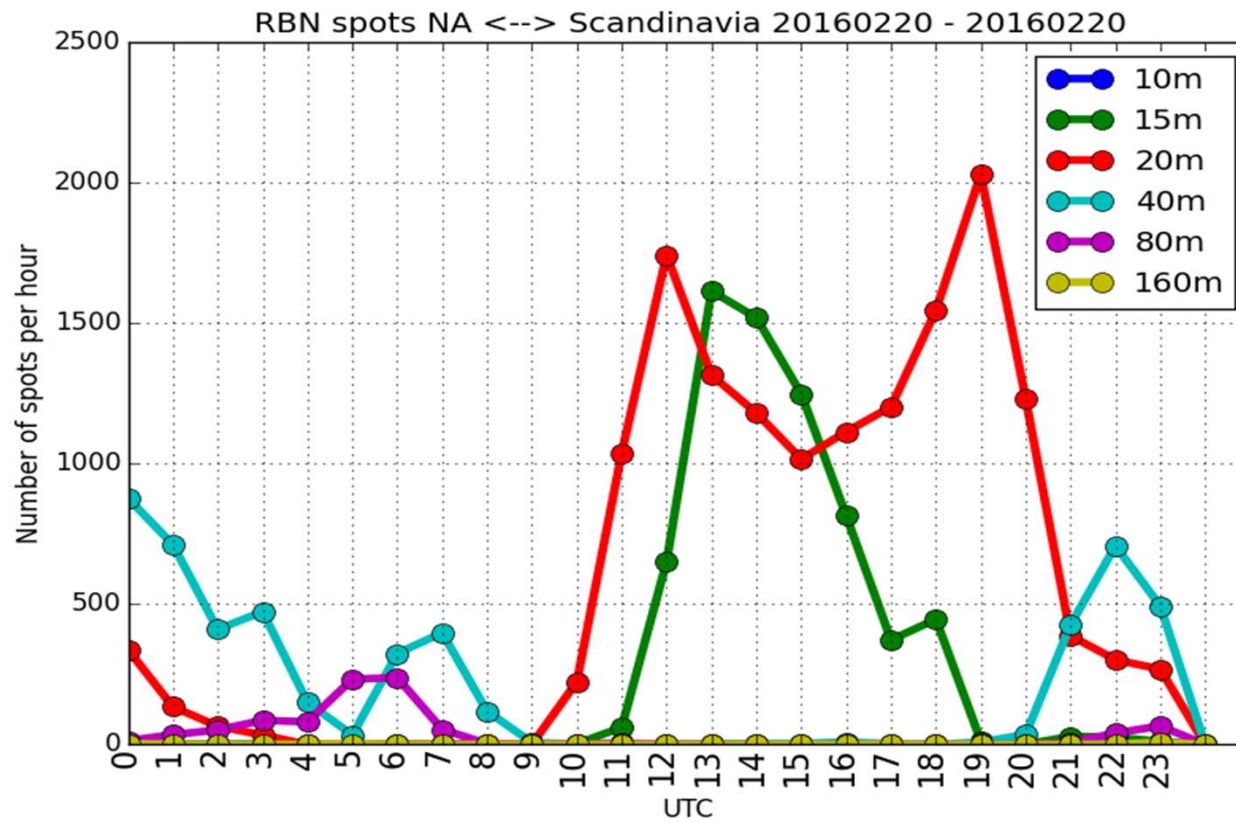


Använd SH5 Contest Log Analyzer

<https://sites.google.com/site/sh5analyzer/>

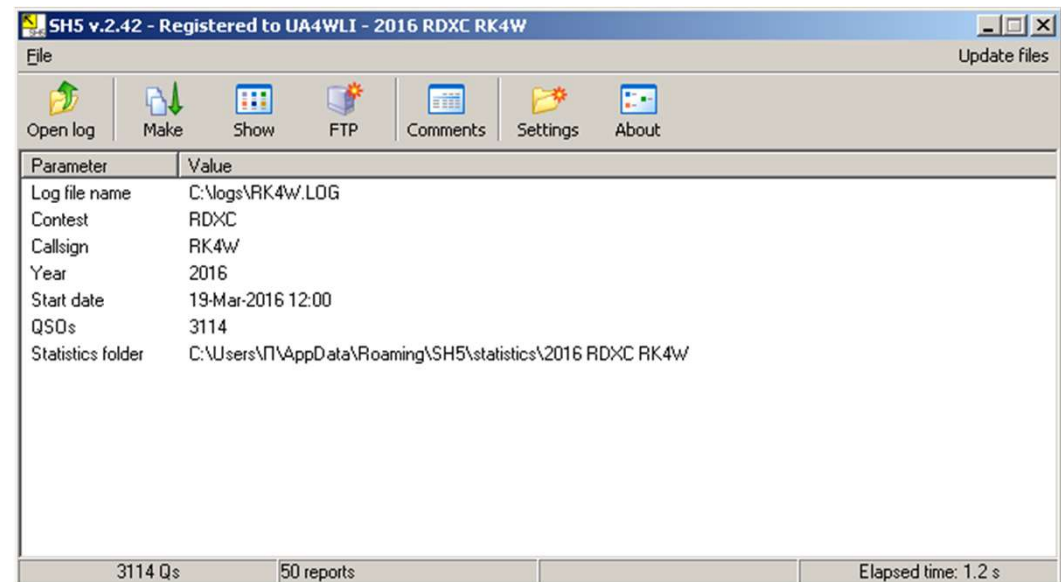
Analysera – RBN data

ARRL DX Contest 2016



Analysera - mäta förbättringar

- **Använd småtester**
 - SSA Månadstest
 - Många kortare, RSGB mfl
- **Jämför resultat över tid**
 - Har min Rate ökat?
 - Bättre på att köra Run?
 - Bättre på att plocka multisar?
- **LCR - Log Checking Report**
 - Vilka fel har jag gjort?
- **Analysprogrammet SH5**

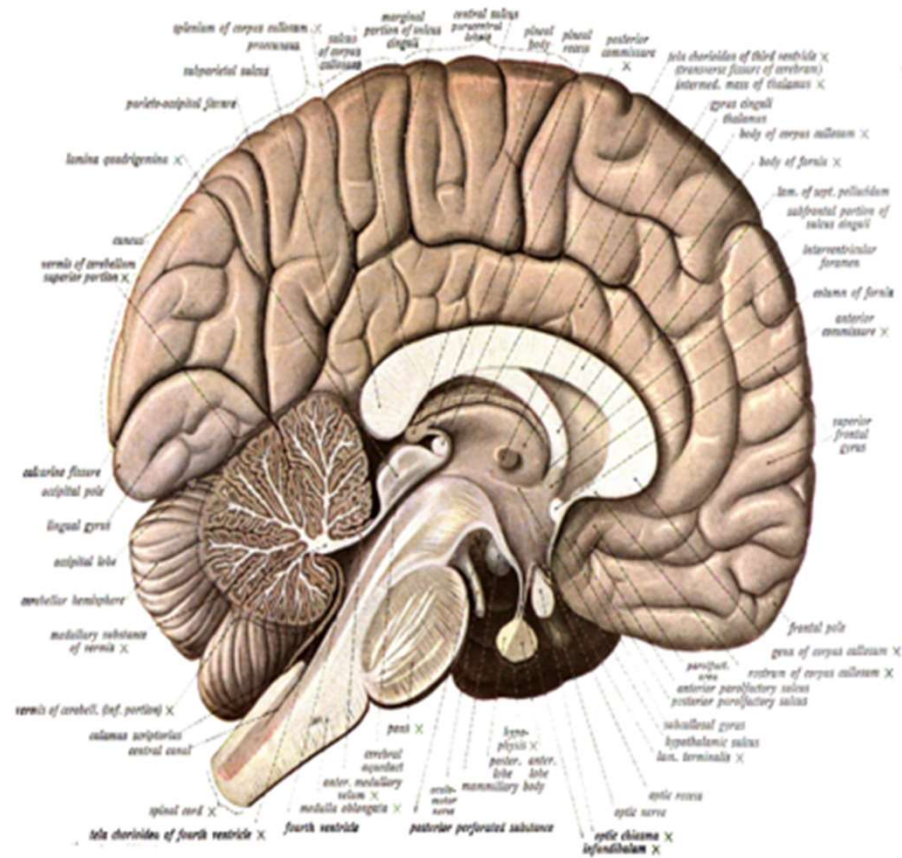


The screenshot shows the SH5 v.2.42 software interface. The title bar reads "SH5 v.2.42 - Registered to UA4WLI - 2016 RDXC RK4W". The menu bar includes "File" and "Update files". The toolbar contains icons for "Open log", "Make", "Show", "FTP", "Comments", "Settings", and "About". The main display area shows a table with the following data:

Parameter	Value
Log file name	C:\logs\RK4W.LOG
Contest	RDXC
Callsign	RK4W
Year	2016
Start date	19-Mar-2016 12:00
QSOs	3114
Statistics folder	C:\Users\PI\AppData\Roaming\SH5\statistics\2016 RDXC RK4W

The status bar at the bottom of the window displays "3114 Qs", "50 reports", and "Elapsed time: 1.2 s".

Hur ska jag orka? Sömn och kost



Kroppen och hjärnan - 1

- Ladda upp med god sömn veckan före testerna
 - Om testerna startar vid midnatt, förskjut sömnen gradvis, så att du är utvilad när testerna börjar
- Ät “rätt” före testerna
 - Undvik kaffe hela veckan
 - Låt bli mat som du vet ställer till det i magen
- Kanske ta ut semester före och efter testerna
 - Planera in det med resten av familjen i god tid!
 - Berätta för dina bekanta att du kommer vara upptagen, så att du inte blir störd.

Kroppen och hjärnan - 2

- Under testen:
 - Bekväma kläder
 - Lagom temperatur
 - Håll nere ljudnivån i schacket
 - Ät lagom! Det som går in ska ut också ..
 - Undvik godis, läsk och sådant som “stressar” ditt blodsocker
 - Drick lagom. Kaffe så sent i testen som möjligt
 - Behåll lugnet – kör metodiskt, stressa inte
 - Spara rösten i SSB tävlingar – använd Papegojan
- Ställ dig upp då och då – stretcha. Höj och sänkbart bord är en höjdare
- Börjar du bli trött? Gå ut en snabbis i friska luften, tvätta ansiktet med kallvatten

Kör hårt och
ha kul!