

## Misurare l'allungo di un Compound



### L'allungo dell'arco



La corretta lunghezza della nostra freccia dipende da svariati fattori: l'allungo per il quale l'arco è predisposto, il tipo di arco che abbiamo e il tipo e la posizione del rest. Prima di addentrarci nell'argomento, dobbiamo brevemente chiarire cos'è l'allungo e come l'allungo viene misurato.

La figura in alto a sinistra esprime il concetto di allungo, è cioè quel valore che misura la distanza fra la mano che stringe la corda e la mano che impugna l'arco, misurata nell'incavo dell'impugnatura (detto anche "Pivot Point").

Questa distanza costituisce ciò che si definisce "allungo naturale".

Per chi comincia a praticare il tiro con l'arco, la ricerca del corretto assetto di tiro influenzerà l'allungo facendolo diventare un elemento variabile ma per breve tempo in quanto con una regolare pratica si arriverà a determinare il proprio corretto allungo.

Dal punto di vista tecnico, basandosi sullo standard ATA Archery Trade Association, (ex AMO) l'allungo di un arco corrisponde alla somma del nostro allungo naturale + 1 pollice e 3/4. Semplificando le cose, possiamo dire che per quasi tutti gli archi, 1 pollice e 3/4 corrisponde alla distanza tra l'incavo della grip e la parte esterna del riser, così, più semplicemente, l'allungo corrisponde di fatto alla distanza tra l'incavo della cocca e la parte esterna del riser, quando l'arco è completamente aperto. Così, se allunghiamo con una freccia da 29" e l'inserto della punta è a filo con la parte esterna del raiser, il nostro allungo è di 29"

Prima di procedere all'acquisto, verifichiamo il reale allungo dell'arco lasciando perdere quanto affermato dal produttore. Cerchiamo di sentire l'arco comodo e ricordiamoci che un allungo sbagliato può voler dire frecce sbagliate.



### **L'allungo dell'arciere**

In teoria, l'allungo dell'arco e l'allungo dell'arciere dovrebbero coincidere; se non fosse così, occorrerebbe sistemare alcune cose prima di selezionare le frecce appropriate, quindi a meno che non tiriamo con un arco ricurvo che virtualmente non possiede un allungo ben definito, un compound non può essere aperto oltre un certo punto e l'allungo deve essere rapportato alle caratteristiche fisiche dell'arciere.

Per misurare il nostro allungo, possiamo misurare la lunghezza della nostra apertura di braccia in pollici con il palmo delle mani rivolte avanti e mantenendo una posizione estremamente naturale (senza allungarci per aumentare l'apertura). Rilevata la distanza, dividiamo il numero per 2,5. Il risultato ottenuto è, in modo approssimativo, l'allungo in pollici rapportato alla nostra taglia.

La conseguenza di una eccessiva stima del proprio allungo potrebbe essere una scarsa precisione nel tiro oltre ad una probabile tendenza a colpirci l'avambraccio con la corda. Cerchiamo quindi un arco adeguato alla nostra struttura fisica. Nel dubbio, scegliamo un allungo leggermente inferiore.

Se le nostre proporzioni fisiche risultano nella media, l'apertura delle braccia, dovrebbe corrispondere, più o meno alla nostra altezza. Così, esiste spesso una correlazione fra l'altezza della persona e l'allungo. Una volta che abbiamo determinato il nostro allungo con il metodo sopra indicato, possiamo ricontrollare se la misura ottenuta si colloca mediamente nella tabella qui sotto.

