

Le frecce e l'Arco

Spine della freccia: è la flessione, in millesimi di pollice misurata al centro dell'asta che deve essere per convenzione lunga 29 pollici ed appoggiata su due assi, uno per lato, distanti tra loro 28 pollici e con un carico di 2 libbre che grava al centro dell'asta.

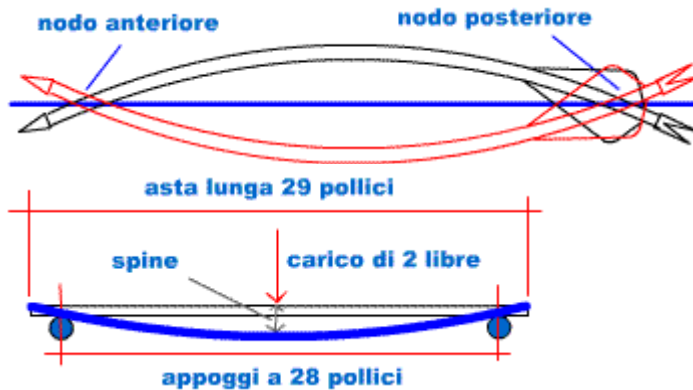
Questo valore è riportato sulle aste e può essere rilevato su apposite tabelle dei costruttori, è il prodotto di una interpolazione tra vari dati:

Per gli archi "olimpici": potenza dell'arco al massimo allungo dell'arciere, allungo

Per gli archi "compound": tipo di carrucola montata, potenza di picco, allungo dell'arciere.

Quelli citati sono i parametri principali ma in realtà ce ne sono altri che con l'esperienza l'arciere saprà valutare per ottenere la rosata migliore.

Quando la freccia esce dall'arco si può pensare che esca in modo rettilineo come se fosse infinitamente rigida, ed è un errore, la freccia esce dal nostro arco flettendosi in proporzione con la sua lunghezza, il peso della punta e lo "spine". Il difficile è farla uscire in modo che l'asse che passa dai "nodi" sia sempre diritto con il centro del bersaglio. Se la freccia deriva molto difficilmente roserà. molto utili per capire sono i filmati ad alta velocità che si possono vedere sul sito della Baiter.



Una volta appresi questi concetti bisogna passare alla scelta della freccia giusta per il tipo di gara che intendiamo fare, la cosa è molto meno semplice di quello che può sembrare, dato che i parametri da soppesare sono parecchi, ora cercheremo di passarli in rassegna, almeno per i principali, dandone una spiegazione di base.

1) la freccia giusta è quella che riesce a rosare di più alla distanza maggiore a cui dobbiamo tirare in gara e che rispetta il rapporto di minimo 5 grani per libra di carico dell'arco. Insistiamo particolarmente sul concetto del rapporto dei "5 grani" perchè diversamente, scendendo nel rapporto, può essere molto pericoloso per l'arciere e per chi gli sta attorno, inquanto la corda, l'arco stesso e soprattutto la freccia possono spezzarsi con evidente pericolo.

Abbiamo parlato di **rosata** che altro non è la "superficie minore in cui, un numero di almeno 6 frecce impattano con continuità sul bersaglio". Questo parametro "la rosata" è anche direttamente legato all'allenamento che abbiamo (ne parleremo

in un altro capitolo), è inutile cercare la rosata quando si tirano 50 frecce alla settimana !!!.

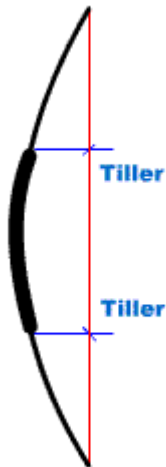
2) Carico d'ancoraggio (per gli archi Olimpici), **Carico di picco** (per gli archi Compound), vedi il capitolo "Misure e definizioni) controllare questo parametro con un dinamometro (si trova nei negozi di arcieria) e segnarlo su un foglio.

4) Lunghezza della freccia, sommare all' "Allungo netto " (vedi il capitolo "misure e definizioni") 1 pollice per gli arcieri esperti, 2 pollici per i principianti. Anche questa misura segnatevela sul foglio.

6) Punta da 100 grani di peso, per cominciare è il peso ottimale, le tabelle Easton partono dal presupposto che usiate questo peso di punta per consigliarvi la freccia.

5) Tiller dell'arco, controllate che la distanza tra i flettenti e la corda sia uguale ("tiller a zero"), per gli "Olimpici" la distanza del flettente inferiore dalla corda deve, preferibilmente essere maggiore di 3 mm (1/8 di pollice).

flettente superiore



flettente inferiore

7) Impennate la freccia, con delle alette adeguate, cioè non esagerate con la dimensione, l'importante è che abbiate rispettato quanto spiegato nelle pagine precedenti, l'alette per le gare Fita , 900 Round, Hunter e Field sono corte ed " a cuoricino" , quelle per le gare Indoor (25 e 18 metri) sono più lunghe perchè devono stabilizzare la freccia molto velocemente data la corta distanza. ricordate che un impennaggio sproporzionato toglie velocità alla freccia e la velocità da stabilità.

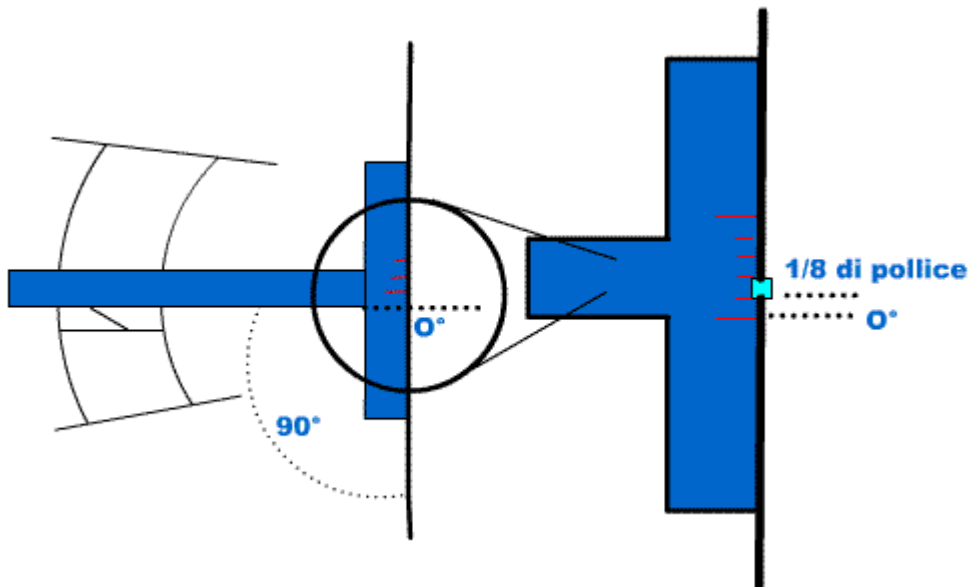
8) Cocca, montate cocche asimmetriche per gli archi Olimpici e Compound senza Loop, diversamente per i Compound montare quelle simmetriche, attenzione al numero dei fili della corda ed alla grandezza del filo del "Serving" , scegliete cocche N°1 o 2 secondo esigenza.

3) Tipo di carrucola, il compound, può montare delle carrucole con caratteristiche differenti (ne parleremo in un capitolo dedicato) e quindi essere in grado di imprimere alla freccia delle velocità diverse, nel libretto delle caratteristiche del vostro arco viene riportato il dato della velocità AMO, cercatelo e segnatevelo sul solito foglio.

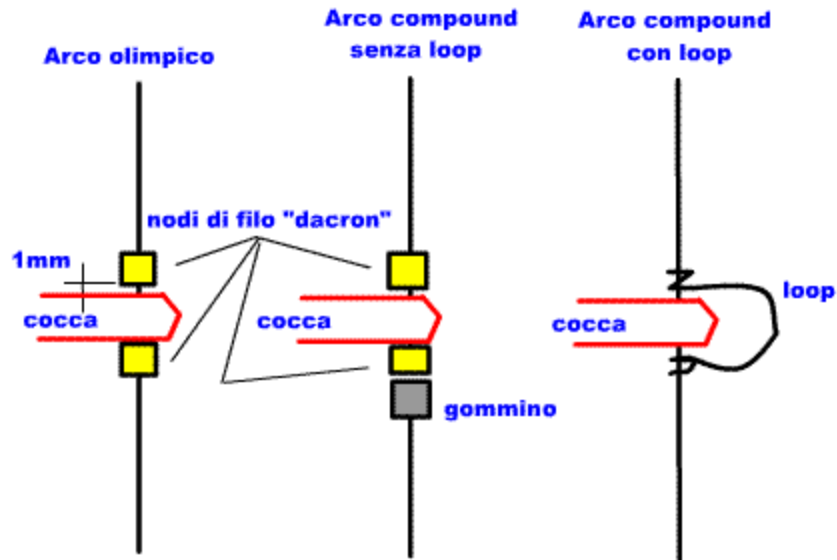
4) Punto d'incocco

Con tutti i nostri dati scritti sul foglio, possiamo ora prendere le tabelle per la scelta delle frecce ed interpolare i nostri dati con quelli riportati dai costruttori, e secondo il tipo di gara a cui dobbiamo partecipare possiamo scegliere diverse opzioni. Se non vi sentite sicuri delle vostre scelte fatevi assistere da persone esperte, ricordatevi, che sbagliare è pericoloso per la vostra sicurezza ma anche costoso per le vostre tasche.

Proseguiamo ora a posizionare il punto di incocco dove poi inserire la freccia, con l'ausilio della squadretta (si compra nei negozi di arcieria, deve essere in dotazione ad ogni arciere) posizionate il punto di incocco 1/8 di pollice (3 mm) sopra lo "zero" che vi indica la squadretta....ma cos'è lo "zero", appoggiate la squadretta sopra la forcella del rest ed incastrate la parte opposta della squadra nella corda (ha degli appositi inviti), l'angolo di 90° che vi segna dalla parte della corda viene comunemente definito "zero".



Dopo posizionato il primo punto di incocco dovete posizionare il secondo che verrà messo 1mm. sopra la cocca innestata nella freccia.



Qui sopra abbiamo riportato lo schema dei punti di incocco anche per compound, secondo il tipo di modo di usare lo sgancio meccanico. **Arco compound senza loop**, per gli arcieri che usano il cordino dello sgancio attaccato al medesimo, sulla corda devono infilare un apposito gommino, sotto il nodo in dacron inferiore, questo per evitare contatti tra la cocca ed il cordino che potrebbe scivolare verso l'alto all'atto del tiro. **Arco compound con loop**, è una soluzione molto efficace che consente di ancorare lo sgancio allineato con il centro della cocca, il loop è formato da un cordino apposito (si trova nei negozi di arcieria), questo tipo di soluzione è molto usata anche da noi, anche qui vale la regola di posizionare il nodo inferiore del loop 1/8 sopra lo "zero"..

Finalmente siamo pronti per scoccare la prima freccia.....tiriamo ad una distanza di 10 metri (le prime frecce) giusto per controllo. Poi piano piano regolando di conseguenza il mirino facciamo la misura fino ai 30 metri (per il momento), proviamo a rosare. Spero per voi che la rosata sia buona, se così non fosse (è quasi sempre così), dobbiamo saper leggere la rosata ed il volo della freccia, da ora in poi è solo taratura dell'insieme freccia, arco, arciera e comincia il bello..... Visto che stiamo parlando di frecce dovete sapere che anche loro vanno tarate come l'arco, infatti può essere necessario intervenire sulla cocca, ruotandola di 120 ° per volta, per tentare di ottenere costanza nel volo, spesso è la taratura (trattata in un capitolo a parte) dell'arco ma può essere in parte anche la freccia che non è costruita in modo uniforme con le altre, piccole differenze sono normali.