

Preso a pollice o presa ad anello

Le caratteristiche dell'arco influiscono in modo determinante sulla tecnica di tiro. Alcune riflessioni in materia che si possono fare dopo approfonditi esami.

Una delle cose belle e curiose del tiro con l'arco, oltre all'arco stesso, sono le tecniche di tiro. Tecniche che, nei secoli, sono state caratterizzanti e simbolo di identificazione fra i tantissimi popoli che hanno calpestato i diversi continenti, lasciandoci ancora oggi segni e tradizioni del loro passaggio. La tecnica, senza dilungarmi troppo, è legata al tipo d'arco impiegato, all'apertura dell'arco, all'aggancio della mano sulla corda (presa delle dita) e a volte anche dalla situazione d'impiego, come a piedi o a cavallo. Senza dover affrontare le varie tecniche di tiro tramandate nei secoli, vorrei esprimermi nei riguardi della tecnica con presa a pollice o ad anello. Una tecnica comune ai cinesi, coreani, giapponesi, persiani, magiari, mongoli, turchi e molti altri. Escludendo il popolo giapponese conosciuto per la tecnica del kyudo, con arco asimmetrico e ricurvo (yumi), gli altri popoli hanno utilizzato ed utilizzano tutt'ora archi a leve rigide detti ricurvi passivi. Arco e tecnica sono legati insieme, anche se l'arco può essere utilizzato con tecnica di presa classica, a due o tre dita. È dal 2002 che mi dedico esclusivamente a questa affascinante tecnica e devo dire che all'inizio non è stato molto semplice. Conoscevo solo un amico e grande studioso di arcieria turca ed orientale che forse poteva darmi qualche consiglio, ma per la lunga distanza non ho mai potuto usufruire del suo sapere.

UNA DOCUMENTAZIONE CONSIDEREVOLE

Ho cercato prima di tutto di documentarmi, attraverso collegamenti a siti internet universitari, visitando musei, acquistando libri, analizzando icone, guardando filmati, osservando tecniche simili (come dicevo, il kyudo) e perfino osservando giovanissimi neofiti. Poi ho iniziato a costruire diversi anelli, mentre per gli archi ho utilizzato quelli che da anni costruisco.

Si possono identificare due diverse prese, fondamentalmente, per tre tipologie di anelli,



lo, dove il pollice e l'indice lavorano in modo diverso. La presa tradizionale, a pollice, prevede l'aggancio del pollice stesso sulla corda, trattenuto naturalmente dall'indice, ed eventualmente, per aiutarsi nella trazione, anche dal dito medio (per archi di carichi elevati). All'inizio si può comodamente usare un guanto munito di indice e pollice, possibilmente rinforzato. La freccia viene incoccata (e così trattenuta) tra il punto d'incocco e la nocca del pollice. Per un arciere destro, la punta della freccia non sarà più posizionata all'esterno dell'arco, ma appoggerà all'interno, sorretta dal pollice (naturalmente della mano sinistra) protetta da un guantino simile al precedente. Come dicevo, dagli studi da me effettuati si possono identificare tre tipologie di anelli. L'anello più semplice, realizzabile anche in cuoio, prevede la qua-

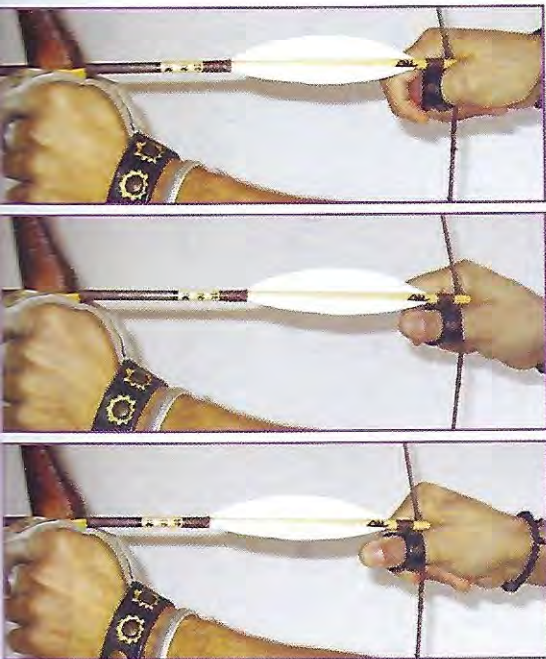


si totale protezione del pollice per l'alloggio della corda, ossia è l'anello che ospita la corda, per mezzo di una piega o di un alloggiamento o incavo. Mantenendo questa caratteristica, si possono costruire anelli in legno, in metallo, in osso, in corno, in pietra, rispettando però determinate misure o proporzioni del nostro dito. L'anello deve essere fatto su misura.

LA CORDA DIETRO L'ANELLO

Mantenendo la stessa presa e chiusura, ma modificando leggermente l'anello, portiamo la corda completamente dietro l'anello che dovrà avere un arrotondamento per facilitare lo scivolamento al rilascio. In entrambi i casi il dito indice serra sull'unghia del pollice. Aumentando leggermente la dimensione esterna dell'anello, con un più comodo alloggiamento per il polpastrello del pollice possiamo ricavare uno scanso, non per la corda, ma bensì per il dito indice. La corda (come prima) sarà agganciata dietro l'anello a contatto della piega del pollice. L'indice chiuderà invece sull'anello. In questo modo non si





dobbiamo ridurre il "grilletto" rendendo però più complicato l'aggancio e la trazione. Gli anelli che ho costruito sono ricavati da modelli cinesi, coreani, iraniani, mongoli, persiani e turchi. Con i primi anelli costruiti ho cercato di rispettare le forme e le dimensioni degli originali, poi con i successivi ho voluto e dovuto modificare qualcosa per trovare l'anello giusto per me, per le mie caratteristiche morfologiche. Come maestro d'arco, i consigli che posso dare, a coloro che vogliono iniziare con questa tecnica di tiro,



avrà più l'accavallamento dell'indice, ma le due dita chiuderanno "pinzando". Lo sgancio sarà più veloce e pulito, ma, per i non esperti, diverrà difficile gestire la trazione di archi con carichi elevati (45/55#). Il terzo tipo di anello lo chiameremo anello a "grilletto", per la caratteristica sporgenza che lo caratterizza. Le forme e i disegni di questi anelli possono essere molti, alcuni più complessi di altri. In questo caso è facile immaginarne il funzionamento. Il pollice è quasi dritto, la corda è posta dietro la sporgenza (grilletto) e l'indice serra sulla parte anteriore di esso. Alcuni di questi anelli possono essere veramente comodi e facili da usare, ma, come tutte le cose semplici, possono presentare lo stesso qualche problema. Il "grilletto" lungo o molto accentuato facilita la presa e la trazione, ma rende più "sporco" il rilascio esasperando l'effetto arpeggio della corda; viceversa per avere un rilascio più "pulito"



sono pochi e semplici. Incominciate con un ricurvo passivo di 20/25# massimo. Utilizzate i due guantini descritti precedentemente, cercando di lavorare sulla presa per capire bene come devono stare le vostre dita. La velocità e la pulizia dell'apertura sono molto importanti e ci dovrete lavorare. Una sua importanza ce l'ha anche la mano che regge l'arco, ed il pollice che sorregge la freccia, e col tempo capirete come e cosa fare. Non abbiate fretta nel colpire il bersaglio lontano perchè la strada è lunga ed impegnativa. Esercitatevi su di un paglione posto a 5/8 metri. All'inizio potrete anche mantenere il vostro allungo, ma col tempo dovrete arrivare alla massima apertura del vostro arco andando ben oltre il vostro punto di contatto al viso. Dovrete così allungare di parecchio le vostre frecce! Chiaramente non serve solo questo per apprendere ed imparare questa tecnica. Occorrerebbero ore e migliaia di parole per apprendere, servirebbe forse un vero corso. Comunque sia mi auguro che questo "poco" vi possa aiutare.

Paolo Carpigiani



IL PARADISO DEGLI ARCIERI

In una splendida vallata a 1000 metri di altezza, in Austria, si trova la Heutaler Hof. Circondata da soffici prati in fiore, la Heutaler Hof garantisce a chi è in cerca di relax tutto (ma proprio tutto) quello che desidera. 27 le camere matrimoniali a disposizione alle quali è possibile aggiungere più letti, con doccia, telefono, radio, minibar, sauna, solarium, una caratteristica sala di ritrovo, una cantina per piacevoli serate, una terrazza solare, un barbecue in giardino, un laghetto biologico dove è possibile fare il bagno e un prato per prendere il sole. Si può inoltre usufruire di simpatici rifugi per le serate o per il riposo dopo lunghe passeggiate. È a disposizione dei clienti una pista nei boschi per gli appassionati di mountain bike o di jogging rigorosamente lontana da strade asfaltate. Ma in particolare la Heutaler Hof è conosciuta in tutta Europa per essere un vero paradiso per il tiro con l'arco. C'è un campo di tiro Fita vicinissimo all'Hotel e un prestigioso percorso di caccia che ha sede nella zona naturale chiamata Heutal-Wilderer. Il percorso di caccia è assai vario con tiri speciali su diversi livelli a sagome di animali 3D. Tariffe ridotte per soggiorno bambini: fino a 3 anni è gratuito; da 7 a 10 anni 50% di sconto; fino a 14 anni 25% di sconto.



Per persona: (comprensivo di ingresso ai campi di tiro): periodo dal 1° maggio al 1° luglio, Stanza più prima colazione € 40,00 - Dal 1° luglio al 14 settembre, Stanza più prima colazione € 44,00 - Stanza a mezza pensione € 54,00 - Dal 14 settembre al 30 ottobre, Stanza a mezza pensione € 50,00

Indirizzo internet: www.heutal.at - E-mail: Info@heutaler-hof.at

Gasthof-Pension Heutaler Hof: A-5091 Unken/Heutal - Tel. 0043/6589/8220 Fax 0043/6589/82206

