

Diventare la freccia

L'approccio al tiro con l'arco di Byron Ferguson. La carriera di questo celebre emulo di Howard Hill si divide ormai da anni tra caccia, costruzione di archi e attrezzature performanti e spettacoli di maestria arcieristica in giro per il mondo.



Come il suo eroe Howard Hill, Byron Ferguson nasce in Alabama. Non appena raggiunge l'età "legale", inizia a cacciare con il fucile ma poi, appassionandosi

all'arco, inizia prima con un ricurvo, poi con il compound, che lascia per approdare all'arco che secondo lui - e anche nell'opinione di Hill prima di lui - rappresenta l'eccellenza, il longbow. La carriera di Ferguson si divide ormai da anni tra

caccia, costruzione di archi e attrezzature performanti per la caccia e i suoi spettacoli di maestria arcieristica in giro per il mondo. Con un "costume" che ricorda un po' i cacciatori bianchi dei safari africani degli anni '40/'50 del secolo scorso, Ferguson ha incantato platee di persone sia ai game fair (le fiere rurali che si tengono in varie zone del mondo dagli Stati Uniti all'Europa fino all'Australia), sia in spettacoli televisivi con la sua bravura e precisione, imitando, come già detto, il suo ispiratore Howard Hill. In una famosa trasmissione alla Tv giapponese, nel 1989 Ferguson compì un tiro spettacolare facendo passare una freccia attraverso un anello di diamanti. Negli anni '90 scrive un libro, "Diventare la freccia", in cui spiega il suo modo di tirare. Per Ferguson diventare la freccia è un processo mentale e di fede che permetterà, attraverso il potere della mente, di affinare la precisione del tiro a livelli superiori. Proseguendo nella lettura si intuisce facilmente che il suo è un metodo di insegnamento che cura in maniera particolareggiata ogni fase del tiro, dalla posizione del corpo al posizionamento del braccio dell'arco della spalla e della mano della corda, dall'ancoraggio al volto, alla tensione progressiva dei muscoli dorsali anche durante il rilascio. La tecnica di Ferguson è il risultato di una gestualità ripetuta e talmente acquisita e affinata nel tempo da diventare una seconda natura, che lo porta a scoccare una freccia con la stessa naturalezza ed automaticità con la quale noi camminiamo o respiriamo. Vedere tirare Ferguson rende veramente l'idea del detto "facile come bere un bicchier d'acqua", solo che noi non sappiamo bere così bene. Mi piace sottolineare la puntualizzazione che Ferguson fa ad un certo punto, spiegando che il suo dissertare sarà sulle indicazioni generali su come costruire un'intera sequenza di tiro secondo il suo stile, ma che ogni arciere dovrà adattare queste indicazioni a seconda della propria struttura fisica, delle proprie capacità, delle simpatie o antipatie personali a compiere certi movimenti o a sentire certe posizioni e sensazioni. Ogni arciere è una persona simile ma diversa da ogni altro e, per fare un esem-



Dato il crescente interesse nell'arceria tradizionale, ci sono sempre gruppi di arcieri che, dopo ogni dimostrazione, fanno domande e vogliono saperne di più. Questo meeting si è svolto nel campo della Wisconsin Bowhunters Association, al termine della gara autunnale.

pio banale, come tutti ci vestiamo con pantaloni, gonne, maglioni o giacche, ognuno preferisce un certo taglio che ad altri non piace, o sceglie certi colori rispetto ad altri o modelli diversi che lo fanno sentire a proprio agio. Il tiro con l'arco non può avere un unico rigido stile uniformato. Ognuno mette una parte di se stesso a personalizzare la tecnica fondamentale che tutti conosciamo o abbiamo appreso. In questa tecnica trova molto spazio la visualizzazione del

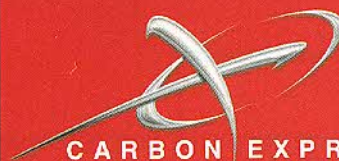
qualsiasi oggetto, anche il centro di una scritta su un cartello stradale mentre si cammina. Non ha importanza essere nel bosco con arco e frecce e concentrarsi sul super spot: questo tipo di allenamento alla visualizzazione e alla concentrazione può, anzi deve, essere sviluppato ovunque ed in ogni momento possibile. Il training mentale aiuterà poi al momento del compimento del tiro facendo sì che il corpo, che esegue i movimenti

Ferguson in un programma della televisione giapponese. Ha appena tirato una freccia attraverso una lattina di birra, provocando un'esplosione di schiuma. Durante questo spettacolo si esibì nel suo esercizio più difficile: far passare la freccia attraverso un anello di diamanti da \$ 17,000.



tiro prima che questo venga effettuato. Ferguson sottolinea spesso che in ogni circostanza l'arciere si deve allenare a visualizzare il volo perfetto della freccia anche quando non sta tirando e focalizzare un particolare piccolissimo di un

acquisiti con la tecnica, lavori in sinergia con la mente. In effetti gli esercizi di visualizzazione sono molto usati anche in altri sport o in certe discipline dell'atletica dove il gesto si conclude in pochi secondi, generalmente dopo una



CARBON EXPRESS®

Shoot Better with Carbon Express®

www.carbonexpressarrows.com



MAXIMA BLUE STREAK™

La serie di aste e frecce Maxima, leader di mercato nel tiro 3D grazie alla nuova tecnologia Dual Spine Weight Forward, porta la precisione ad un livello superiore.

SPEED DEMON™

Frecce ad alta prestazione per il tiro Field e 3D, sono caratterizzate da una precisione e leggerezza senza confronti.

CARBON EXPRESS

MAXIMA

SPEED DEMON



Distribuito da:
Big Archery - Bignami Spa
www.BigArchery.it

