

# L'ARCAICA MAGIA DELL'ARCO LUNGO



*Grande protagonista della Guerra dei Cent'anni, il longbow continua ad esercitare fascino per la sua essenzialità e difficoltà d'uso. Un arco ingombrante, lento, faticoso, una continua sfida fra l'uomo e il bersaglio.*

**L**a via dell'arco lungo è sicuramente una delle più dure che un arciero può intraprendere. Le soddisfazioni che derivano da un corretto utilizzo di un siffatto strumento sono proporzionate allo sforzo che bisogna impiegare per padroneggiarlo.

Oggi si nota, parallelamente allo sviluppo della tecnica costruttiva dei moderni archi tecnologici, un ritorno alle origini da parte di un sempre maggior numero di arcieri.

Cosa cercano questi Robin Hood del ventesimo secolo? Un modo disimpegnato e anticonformista per passare un po' di tempo all'aria aperta, oppure una sorta di paravento verso gli altri colleghi arcieri più bravi (non ci prendo tanto perché tiro con un arco primitivo ed impreciso...) o una fuga romantica in un ambiente ideale in cui si ode ancora l'eco dell'ultimo menestrello?

Forse un po' di tutto questo. Vorrei però aggiungere alcune considerazioni personali.

## ***L'amore per il legno e la cura dell'attrezzo***

L'amore per il legno nella sua più pura forma arcaica, il fascino e la cura per i propri strumenti così vulnerabili ed al tempo stesso così forti



da vincere la guerra dei cent'anni, la specializzazione e la gelosia delle proprie sudate conoscenze ed esperienze applicate alla riscoperta di Antiche Alchimie costruttive, basterebbero già a giustificare questo tutt'altro che superficiale modo di vivere l'arcieria.

Ma, nonostante tutto, la freccia deve colpire il bersaglio. E qui sta il secondo punto su cui riflettere.

D'accordo, il longbow è un arco ingombrante, lento, faticoso, che trasmette vibrazioni; insomma è un arco veramente ostico. Le frecce di legno sono difficilmente uguali tra loro, si piegano e richiedono manutenzione e amore paterno.

Fa tutto parte del gioco.

Viene in mente l'inflazionata frase del compianto Belushi: «quando il gioco si fa duro, i duri iniziano a giocare»... Citazioni a parte, secondo me mai, come tirare d'arco lungo, significa cimentarsi senza mezzi termini nell'impetosa disciplina dell'umiltà, in cui l'attrezzo ha sì la sua importanza ma dove, vista la estrema (magnifica) essenzialità, il vero artefice del successo è l'uomo che lo tende: niente di più.

### **Tagliato a misura per il tiro istintivo**

Non spaventiamoci troppo; negli Usa moltissimi arcieri tirano con il longbow, cacciano con esso e sono dimostrazione vivente che la tecnica «istintiva» produce frutti validi tanto quanto quella dei colleghi tecnologizzati.

Probabilmente è solo un problema di corretta metodologia di allenamento.

Il longbow è tagliato a misura per lo stile «istintivo» codificato dai grandi del passato come Howard Mill, Pope, Young, Bear.

Anche se il termine «istinto» non è forse corretto, in ogni caso bisogna sviluppare capacità di percezione del bersaglio estreme, basate sulla ripetitività dell'atto, sull'automazione di certe procedure gestuali in cui la parte razionale del cervello c'entra

poco o niente. Comunione con il bersaglio, vuoto mentale, fluidità di movimento nelle fasi del tiro.

### **Il training suggerito da Jim Fetrow**

Senza entrare troppo in merito alla questione del tiro d'istinto o naturale, vorrei qui analizzare un training suggerito da Jim Fetrow, abile arciere cacciatore americano, apparso sul n. 19 di «Traditional Archery», e pro-



**Un dipinto del XVIII sec. di Sir Henry Raeburn raffigurante un arciere in uniforme di tiro della Royal Company of Archers, costituita nel 1676 a Edimburgo come guardia del corpo del Re di Scozia. In alto: il longbow riappare in epoca moderna nel tradizionale Roving di Nese.**

porta come invito alla sperimentazione.

Dopo anni di caccia e tiro con il longbow senza apprezzabili miglioramenti, il nostro decide di cambiare sistema di allenamento. Nella pratica venatoria, un tiro sicuro è sempre compreso tra i 20 e i 30 metri, mai superato. L'allenamento, di conseguenza, viene praticato su bersagli posti a queste distanze. Allenamenti ripetitivi, tre o quattro volte alla settimana, 200-300 frecce per seduta.

Cosa avverte il nostro Jim? Un giorno concentra volée di cinque frecce in cerchi di dieci centimetri di diametro, un altro giorno le disperde in cinquanta centimetri; decisamente un frustrante alternarsi di risultati mediocri, apparentemente senza via di scampo. Lavoro e impegni familiari gli impediscono di aumentare il ritmo (peraltro già alto rispetto allo standard medio) e d'altra parte si rende conto che alla base di questa situazione vi è una sorta di ripetitività meccanica che mina il valore che si dovrebbe dare al singolo tiro; quantità e qualità dunque non sono sinonimi.

Il problema della dispersione laterale lo assilla particolarmente, in quanto denuncia uno scorretto comportamento della struttura del tronco, braccia, spalle e occhio.

### ***Frecce meditate bersaglio lontano***

Il vero lavoro duro è questo e per risolverlo primariamente decide di allontanare il bersaglio a distanze comprese tra i 50 e i 200 metri. E



qui inizia l'avventura: se giudicate non troppo male un raggruppamento di frecce in 25 centimetri di diametro da 20 metri di distanza, una freccia che impatta a 90 centimetri dal centro del bersaglio in un tiro a 60 metri sottende lo stesso angolo di un tiro che a 20 metri si discosta di soli 9 centimetri dallo stesso centro. Provate a dedicare qualche seduta utilizzando questo sistema e vi renderete conto di come gli errori commessi a distanze lunghe sono spesso inezie se rapportati alla canonica distanza dei 20-30 metri, e soprattutto

gli errori laterali vengono veramente ridotti.

Dedicando 25 minuti di tempo due volte alla settimana alla distanza compresa tra i 50 e i 200 metri per circa due mesi, i risultati non tardano ad apparire. Terminata la sessione vi accorgete di aver acquisito una maggior precisione nei tiri ravvicinati, avendo raggiunto un grado di consapevolezza superiore per quel che riguarda la concentrazione e la coordinazione del gesto; provare per credere.

Vittorio Brizzi

ARMERIA  
**FRIGERIO**  
s.n.c.



Via Cavour, 59  
Tel. 0341 / 36 45 42  
22053 LECCO

# GLI SPECIALISTI DEL COMPOUND