

# IL REST A CADUTA

Nei cari vecchi tempi "storici", la freccia poggiava direttamente sulla mano che reggeva l'arco.

Oggi, che d'arco non si vive, un piccolo ausilio preciso ed efficace come il rest

permette un posizionamento della freccia a prova d'errore: e la moderna tecnologia aiuta il volo delle frecce ovviando anche al famoso "paradosso".

Il rest (terminologia anglosassone che sta per appoggia freccia) per i longbows, i moderni archi ricurvi ed i compound, solitamente sono sporgenze o sostegni montati lateralmente sull'arco all'altezza della cosiddetta finestra, al di sopra del vero e proprio appoggio.

Il rest o supporto per la freccia, sporge orizzontalmente dalla finestra ed è fabbricato con vari materiali, tra cui il metallo, la plastica, il cuoio, il pelo o simili.

Lo scopo del rest è di costituire un supporto per l'asta della freccia atto a garantire accuratezza nella mira ed una minima deflessione al momento del tiro.

Nel momento in cui le dita dell'arciere rilasciano la corda, l'estremità impennata della freccia riesce a superare un rest ben congegnato grazie alle flessioni dell'asta della freccia stessa, ciò è noto come il paradosso dell'arciere.

Questo fenomeno è costituito dalla flessione appunto dell'asta intorno al rest e sfocia nel superamento dello stesso da parte delle penne.

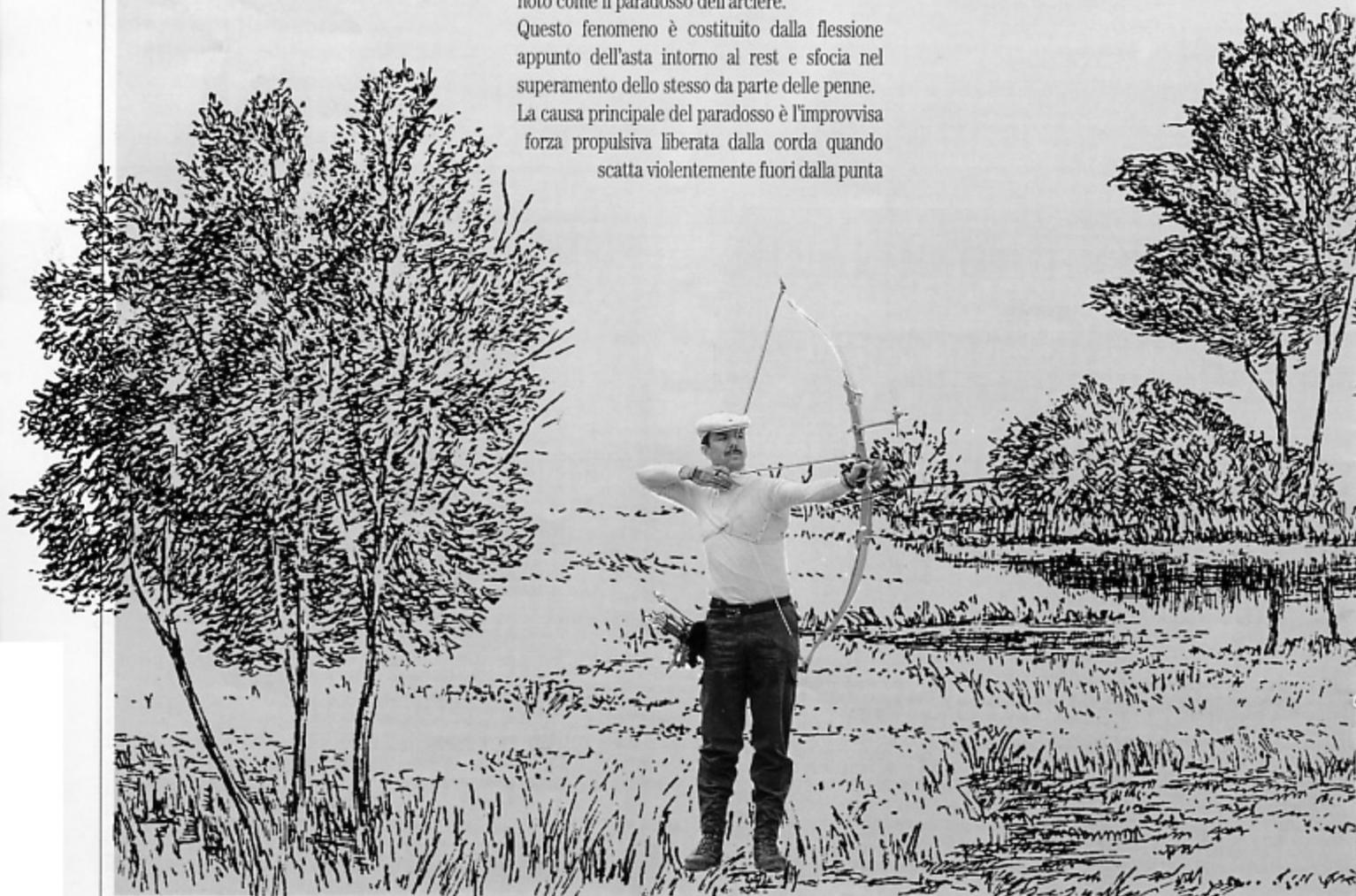
La causa principale del paradosso è l'improvvisa forza propulsiva liberata dalla corda quando scatta violentemente fuori dalla punta

delle dita e ciò fa flettere la freccia verso l'interno in un piano orizzontale.

Come ben sappiamo, è la conseguente flessione di reazione che permette alla freccia di abbandonare sia l'arco sia il rest.

Negli ultimi anni i problemi descritti sono stati superati grazie all'uso di sganci meccanici, che permettono il contatto con la corda in un unico punto, conferendo maggiori uniformità ed accuratezza nel tiro; di conseguenza maggior energia e forza propulsiva vengono trasmesse alla freccia, eliminando quasi totalmente il paradosso dell'arciere.

Comunque, altre complicazioni sono state introdotte dall'uso dei rilasci meccanici: alcune riprese rallentate hanno rilevato che nel tiro con questi dispositivi, la freccia è sottoposta a rapide oscillazioni verticali al posto della flessione orizzontale, ciò richiede un differente approccio



nell'utilizzo del rest.

Per quel che mi riguarda, penso sinceramente che il bisogno di un rest che possa essere usato con tutti i tipi di rilascio meccanico è stato risolto con l'introduzione dei rest a corno (caccia), a piattina oppure a filo, che cedendo verso il basso si flettono al momento del tiro (dei *berger* verticali).

Questi rest sono concepiti per assicurare la necessaria cedevolezza verso il basso, il che permette alla freccia di partire su una traiettoria rettilinea verso il bersaglio.

Il citato fattore di cedevolezza ha portato allo sviluppo dei rest con ammortizzazione verticale che conosciamo oggi.

E' risaputo che archi con maggior libraggio e frecce più pesanti richiedono una regolazione più rigida della molla rispetto a frecce più leggere tirate con minor libbre.

Sfortunatamente non c'è nessun manuale che spieghi l'esatto rapporto tra peso (della freccia) ed energia (dell'arco) e la tensione della molla. Ne consegue una procedura molto semplice ed efficace, che raccomando:

1) sistemare la tensione della molla su una posizione medio-leggera;

2) tenendo l'arco in posizione verticale e punta-

to verso il basso, incoccate la freccia e piazzate l'asta sul rest;

3) senza tendere l'arco cercate di rendervi conto visivamente che il peso della freccia, in posizione statica, non faccia abbassare o cedere il rest;

4) se ciò dovesse accadere, aumentate la tensione della molla finché il rest supporti appena la freccia, senza cedere al carico statico della stessa quando è semplicemente appoggiata;

5) se al contrario il rest non si abbassa e rimane fermo con il peso della freccia, riducete la precarica della molla finché il rest comincia a cadere, quindi tornate ad aumentarlo come già visto al quarto punto;

6) la prova della carta è la vostra messa a punto per assicurarvi che ci sia una corretta (pulita) uscita della vostra freccia: se ottenete una lacerazione con la cocca in alto, allora la regolazione è troppo rigida e quindi va ridotta. Se ottenete una lacerazione con la cocca in basso, allora va aumentata.

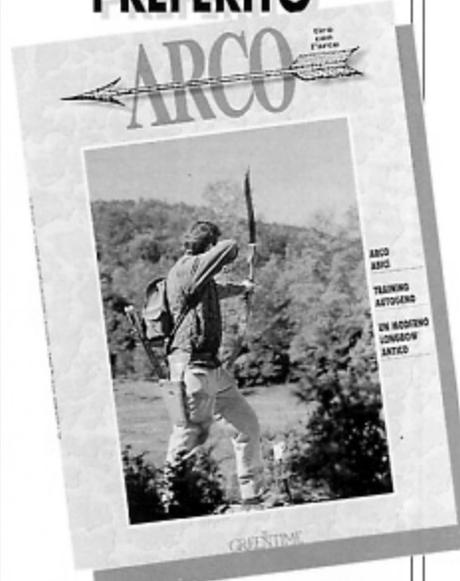
Ricordate sempre bene che ci sono differenti opinioni riguardanti la regolazione della tensione della molla, la scelta delle attrezzature, la messa a punto e tutte le teorie in generale.

Alcuni tra i migliori tiratori Fiarc regolano il loro rest in modo che la molla riesca a malapena a flettersi, sostenendo che riescono a classificarsi meglio con una regolazione molto rigida.

Come dice il vecchio adagio, non è giusto discutere con chi ha successo e ... neppure con le opinioni più ardite!

Andrea Frigerio

## IL MENSILE DEL TUO SPORT PREFERITO



**Comodamente a casa tua tutti i mesi il meglio dell'arcieria**

### COME ABBONARSI

Desidero sottoscrivere un abbonamento annuale al mensile



**L. 30.000**

- Assegno bancario allegato intestato a Greentime srl  
 Versamento sul c/corrente postale N. 12229407 Intestato a: Greentime srl

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Cap. \_\_\_\_\_ Città \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Ritagliare lungo la linea tratteggiata e spedire in busta chiusa o cartolina postale a:  
Greentime editori srl  
Via Barberia 11 - 40123 Bologna

A

