

La prova della carta

Negli anni i metodi di messa a punto si sono evoluti e moltiplicati, e ognuno di essi ha i propri sostenitori. Molti metodi, se non tutti, sono validi: tuttavia **come primo passo del sistema completo per la messa a punto** per l'arco compound è bene usare la prova della carta, perché è l'unico sistema che permette di vedere nella realtà come volano le frecce. Per quanto buona sia la vista di un arciero, vedere ed interpretare il volo della freccia senza un aiuto concreto significa fare delle ipotesi, delle congetture, non si sa quanto corrette. Usando la prova della carta, fatta a distanze diverse, il volo della freccia può essere valutato con precisione, e si possono fare e controllare le correzioni necessarie. **Attenzione!** Si ripete ancora che prima di effettuare qualsiasi messa a punto è indispensabile effettuare una buona preparazione dell'arco: sincronizzare le ruote eccentriche (se necessario); stabilire e fissare il center shot corretto; posizionare nel modo corretto il punto di incocco; selezionare le frecce della rigidità adatta; montare le alette della giusta dimensione (frecce con punta da caccia richiedono alette di 4" o 5", con punta da tiro al bersaglio da 1½" a 3"). Assicurarsi inoltre che le frecce lascino l'arco senza alcuna interferenza: in caso contrario la prova darebbe risultati inesatti.

La prova della carta È un primo passo in una serie di procedure che servono per preparare l'arco in modo da ottenere le massime prestazioni possibili dall'attrezzo. Non è una prova che da sola permetta di ottenere la massima costanza e la miglior accuratezza nelle prestazioni dell'arco. Un arco messo a punto con questo test può non essere perfettamente a punto per ottenere un raggruppamento ottimo, anche se usato dal miglior arciero. Dopo la prova della carta, per ottenere le prestazioni migliori occorre continuare la messa a punto con altri metodi, ma un arco deve essere messo a punto inizialmente con questa prova perché sia operativo in modo efficace. Fissare un foglio di carta di giornale o meglio di carta da pacco bruna di circa 50 cm x 50 cm, ben disteso su di un telaio rigido, all'altezza degli occhi dell'arciero, davanti a un battifreccia, ad una distanza tale da poter recuperare le frecce senza che il telaio con la carta sia di impedimento. La prova consiste nel tirare le frecce attraverso la carta e vedere come è lo strappo che lasciano passando.

Considerazioni sul comportamento dell'arco e dell'arciero durante la prova. Picchiare sullo sgancio (puncing), o eseguire una torsione con la mano all'arco sono difetti comuni a molti arcieri mentre cercano di fare questa prova: tirare in questo modo provocherà tiri, e strappi della carta, irregolari ed incostanti. Non si può fare la messa a punto tirando in questo modo: è praticamente impossibile capire quali devono essere le correzioni da fare. Quando si cambia qualcosa per migliorare lo strappo nella carta si deve controllare che la freccia sia sempre libera nel suo volo, non subisca alcuna interferenza lasciando l'arco. Se le correzioni fatte non portano alcuna variazione nello strappo controllare per prima cosa questo fatto. Controllare poi che il rest non sia troppo rigido (con tensione verticale troppo forte): nella maggioranza dei casi la tensione della molla deve essere abbastanza debole, appena sufficiente a sostenere il peso della freccia senza cedere. La mancanza di variazione nello strappo può anche essere dovuta a sistemazioni non corrette dell'arco: ruote eccentriche non ben sincronizzate, ecc. Vedi quanto indicato sopra.

Come fare la prova Effettuare una serie di tiri dalla posizione più vicina possibile al foglio di carta. Permetterà di vedere come si comporta la freccia subito dopo aver lasciato l'arco. Lo strappo migliore a questa distanza non è quello perfettamente compreso nella circonferenza che racchiude gli strappi dovuti alle alette, col passaggio della cocca esattamente al centro, dove è passata anche la punta. Uno strappo così indica, per la maggior parte degli arcieri, una messa a punto critica, che non perdona il minimo errore, e porta ad ottenere in seguito raggruppamenti incostanti sul bersaglio. Molti fra i migliori arcieri concordano nel ritenere che il risultato migliore sia, per un arciero destro, uno strappo leggermente alto a sinistra (da ¼" a ½"). [Se il foro della cocca è spostato in alto a sinistra la freccia si è allontanata dal rest lasciando l'arco] Spostarsi poi a 5 - 7 m dalla carta, ripetere la prova, ed eseguire ancora le correzioni del caso. Cercare di ottenere uno strappo alto a sinistra minore del precedente o uno strappo con cocca centrata. Spostarsi infine a 12 - 15 m, ripetere la prova, ed eseguire ancora

le correzioni del caso. In questo caso il foro deve essere con cocca al centro. Tornare a breve distanza e ricontrollare che gli strappi siano come voluto. Osservando gli strappi alle diverse distanze si vede come in realtà vola la freccia, ed è facile fare le correzioni necessarie.

Come fare le correzioni

Dopo ogni tiro (o gruppo di tiri) eseguire le correzioni del caso, secondo le indicazioni date in seguito. Le indicazioni valgono per arcieri destri. Devono essere rovesciate per arcieri mancini. **Attenzione:** per strappi che comprendono due movimenti (es. strappo con cocca alta e a sinistra) eseguire le correzioni previste per i due strappi, una dopo l'altra.

1. Eseguire le correzioni per sistemare gli errori verticali prima di quelli orizzontali.
2. Eseguire solo una modifica per volta e ripetere la prova prima di continuare con altre correzioni.
3. Fare le modifiche solo con aggiustamenti minimi

La messa a punto fine La prova della carta così eseguita, veloce e senza particolari problemi di esecuzione, è quella che permette di arrivare poi ai risultati migliori. Eseguita la prima messa a punto in questo modo, si è pronti per continuare coi test di raggruppamento e con la messa a punto fine, sistemando definitivamente il proprio arco. Altre notizie su questa messa a punto si possono trovare nelle note Easton (Tuning and Maintenance Guide), nella letteratura esistente (in particolare nei libri di Larry Wise) e su Internet.

Come eseguire le correzioni

Strappo con cocca alta

Cause

Cocca troppo alta

Rest troppo rigido

Ruote eccentriche non sincronizzate

Rilascio mal fatto (puncing)



Correzioni

Muovere verso il basso il punto di incocco

Diminuire la tensione della molla del rest

Sistemare il sincronismo delle ruote

Usare la tecnica di tiro corretta

Strappo con cocca bassa

Cause

Cocca troppo bassa

Ruote eccentriche non sincronizzate

Rilascio mal fatto (puncing)



Correzioni

Muovere verso l'alto il punto di incocco
Sistemare il sincronismo delle ruote
Usare la tecnica di tiro corretta

Strappo con cocca a sinistra

Potenza *Cause dell'arco eccessiva*

Freccia troppo morbida

Punta della freccia troppo pesante

Center shot troppo a sinistra

Bottone con tensione scarsa

Torsione delle mano all'arco

Rilascio mal fatto (puncing) **Correzioni**

Ridurre la potenza dell'arco

Usare una freccia più rigida

Usare una punta più leggera

Muovere il rest

Aumentare la tensione del bottone

Rilassare bene la mano all'arco

Usare la tecnica di tiro corretta



Strappo con cocca a destra

Cause

Potenza dell'arco scarsa

Freccia troppo rigida

Punta della freccia troppo leggera

Center shot troppo a destra

Bottone con tensione eccessiva

Torsione delle mano all'arco

Rilascio mal fatto (puncing)

Correzioni

Aumentare la potenza dell'arco

Usare una freccia più morbida

Usare una punta più pesante

Muovere il rest

Diminuire la tensione del bottone

Rilassare bene la mano all'arco

Usare la tecnica di tiro corretta

