

LafrecciadiCucciago

N. 11 – Novembre 2005 Giornalino d'informazione della Pol. Cucciago'80 Sez. Tiro con l'arco

Comunicazioni



Corso Istruttori

Gli iscritti della nostra società che parteciperanno al corso istruttori **1 e 2° livello** nei mesi NOV/DIC sono:

ZANCHETTIN Corso istruttori 2° liv.
ACCORSI e **GALLO G.** 1° livello

In bocca al lupo !

Corso Direttore dei TIRI

Domenica 23 Ottobre, **Alberto Accorsi** e **Marco Casartelli** hanno partecipato al **corso Direttore dei Tiri**, organizzato dal Comitato Regionale Lombardia.

Passando **la prima fase del corso**, per conseguire la qualifica ed essere iscritti all'albo Federale, dovranno ottenere l'abilitazione dirigendo una gara ufficiale di calendario sottoponendosi alla valutazione di un Arbitro Federale.

Quale migliore occasione se non quella di dirigere il nostro indoor di Gennaio?

Appuntamento quindi, per i nostri nuovi direttori dei tiri il **28 e 29 Gennaio in quel di CUCCIAGO.**

... e anche a loro, naturalmente

In bocca al lupo!

Corso Arbitri

Per la nostra società, **Gallo Giancarlo** ha partecipato al corso Arbitri Federali che si è tenuto dal 28 al 30 ottobre a **S.Marino.**

A breve sapremo l'esito degli esami.

Campionati Provinciali

Il comitato provinciale di Como ha fissato le date e le relative gare durante le quali saranno disputati i vari campionati provinciali 2006.

INDOOR – CUCCIAGO 28/29 Gennaio 2006

Durante il nostro indoor

CAMPAGNA – CASSAGO BR. 14 Maggio 2006

Hunter & Field 12+12 Arc. Del Borgia

TARGA - FITA – BESOZZO 4 Giugno 2006

Comp. Arcieri Stadium Besozzo



Il **campionato REGIONALE Tiro di Campagna** avrà luogo il **21 maggio 06** durante la gara **12+12** di Castiglione Olona.

Per il **Tiro all'aperto** è stato fissato il **FITA** di Bernareggio MI **11 giugno 06** per SEN/VET, mentre per il giovanile, sempre un FITA il 17 e 18 giugno a Milano ospiti degli Arcieri S.Bernardo.

Mentre per l'**Indoor** dovremo aspettare il **17 dicembre 06** a Montichiari (Brescia)

>>>-----> <-----<<<

La premiazione per il Campionato Provinciale 2005 avrà luogo durante una cena presso il ristorante "*da Pino*" a Cucciago la sera del 16 dicembre 2005. L'evento sarà organizzato dal Comitato Provinciale il quale si occuperà di mettere al corrente le società interessate per quanto riguarda orari e prenotazioni da effettuare.

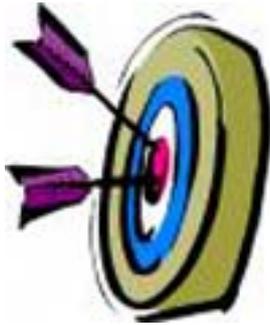
>>>-----> <-----<<<

Per quanto riguarda i **Campionati Italiani,**

INDOOR - 10/12 febbraio - Reggio Emilia

TARGA – 28/30 luglio – CASTENASO (BO)

CAMPAGNA – 8/10 settembre in Abruzzo



**Sei alla tua prima gara?
Non è la prima che fai ma non
sai come comportarti?
E se succede che**

1) Mi sono dimenticato il Fitarco Pass !

Dalla recente modifica del Regolamento Organico, si legge che la mancata presentazione del documento comporta:

a. Nel caso di presentazione del **Certificato di Idoneità e della Tessera Federale**, la sola esclusione dalla Classifica di Categoria (Art. 4 Reg. Sportivo.)

b. Nel caso comunque di presentazione di una **dichiarazione scritta sostitutiva firmata dal Presidente della Società di appartenenza o dal Dirigente Responsabile** della stessa, la regolare partecipazione alla Gara a tutti gli effetti.

c. In ogni altro caso, **l'inibizione alla partecipazione alla gara stessa.**

... **inoltre : art. 29.10** La **compilazione errata del FITARCO PASS** relativa a Certificazione Medica e Categoria o l'omissione della registrazione di sanzioni disciplinari **comporta il deferimento automatico** al Procuratore Federale **per l'atleta e per la Società di appartenenza** e sanzioni, in presenza di dolo accertato, fino **all'inibizione per un massimo di 12 mesi** per il tesserato e alla multa nella misura di Euro 100 a Euro 500 per la Società.

... **ergo: Fitarco Pass sempre in borsa e debitamente aggiornato!**

2) Sulla linea di tiro mi accorgo di aver dimenticato qualcosa della mia attrezzatura ...

Se succede durante le volè di prova, poco male. Finito di tirare , ho tutto il tempo per rimediare.

Se capita durante la gara...

"Dimenticarsi" non è un termine contemplato nei regolamenti. Se possiamo far passare la nostra sbadataggine per un guasto all'attrezzatura, avremo tempo per recuperare le

freccie non tirate, altrimenti ... la prossima volta ci ricorderemo di certo!

3) Guasto all'attrezzatura e recupero del tempo.

Se durante la gara ho **un guasto alla mia attrezzatura**, tipo: rottura dello sgancio, della pateletta, del rest ecc.. ecc. devo **avvisare subito l'arbitro**. Se ci sono a disposizione le **apposite bandierine**, alzo quella che si trova davanti alla mia piazzola, restando fermo sulla linea di tiro.

In **mancanza della bandierina** (secondo l'art. 7.4.2.4 reg. Tecnico 2004) devo **alzare l'arco** facendomi vedere dall'ufficiale di gara (per non intralciare gli altri concorrenti, sarebbe opportuno al posto dell'arco, alzare la mano richiamando l'attenzione) il quale provvederà a far recuperare le frecce mancanti alla mia serie o l'intera volè non tirata. quando avrò riparato il danno.

In ogni caso (art. 7.4.2.5 reg.tecnico) la riparazione non dovrà superare i 15 minuti.

4) Se mi cade una freccia mentre sono sulla linea di tiro

Se cade **entro la linea dei tre metri posso raccoglierla** se non sono di intralcio agli altri Atleti (sempre non superando la linea di tiro) **o tirarne un'altra** (ecco un altro motivo per cui si consiglia di avere sempre più di tre frecce in faretra).

Se finisce **dopo la linea dei tre metri è freccia persa**. Sullo score andrà segnata una M (dall'inglese Missing – Scomparsa) valevole ovviamente ZERO.

5) Nell'ultima colonna dello score, devo segnare i 9 o le X ?

Sia per gli Olimpici/archi nudi che per i compound nelle gare al chiuso (indoor) si segneranno **M – 10 – 9.**

Solo all'aperto il 10 piccolo andrà segnato come X

6) Posso salire sul podio se non sono in divisa?

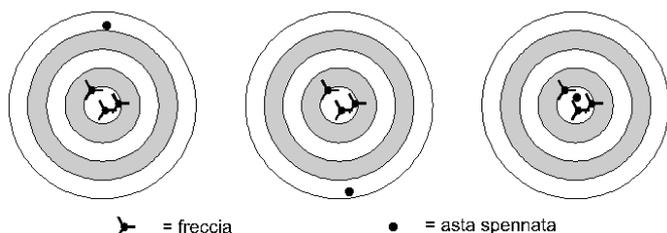
l'Art.15.6 reg.sportivo recita:

Non può salire sul podio per il ritiro del premio, persona diversa dal vincitore o l'atleta non in divisa ufficiale.

Quindi posso andare a ritirare il mio premio ma al banco premiazioni e solo dopo finita la cerimonia.

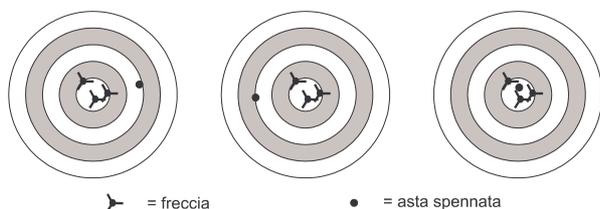
Metodo della "Spennata"

Ponendoci ad una distanza di 15/18 metri dal bersaglio, tireremo tre frecce impennate più la nostra spennata. Se la freccia spennata **colpirà il bersaglio più in alto** rispetto alle frecce impennate il **nostro punto di incocco sarà basso** (al contrario, sarà alto). Di conseguenza dovremo alzare o abbassare il punto di incocco a seconda del caso.



Ripetendo i nostri tiri con la freccia spennata, effettueremo la **regolazione del center shoot**. Se la spennata colpirà il bersaglio a destra delle impennate, l'asta delle nostre frecce sarà morbida: di conseguenza dovremo **indurire in nostro bottone elastico**. Se invece colpirà a sinistra, **ammorbidiremo il nostro bottone elastico**.

Nel caso in cui queste operazioni non siano sufficienti per migliorare il volo delle nostre frecce, potremo intervenire sul **center shoot** spostandolo leggermente per riportare a sinistra o a destra la spennata.

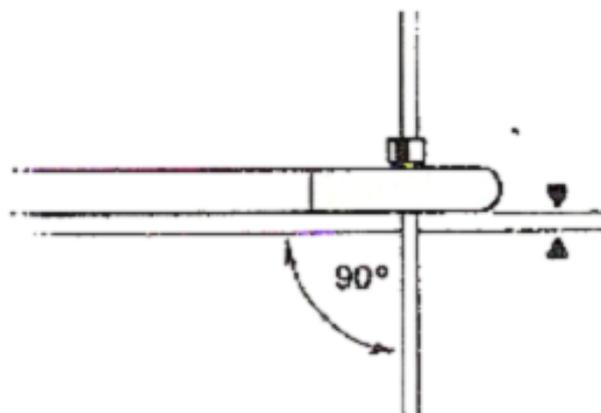


Quando, malgrado queste regolazioni, la spennata dovesse mantenere un errore, potremo intervenire in maniera diretta sull'asta ammorbidendola (cioè **montando delle punte più pesanti**) oppure indurendola (montando delle **punte più leggere**). Se l'errore permane malgrado tutti i nostri tentativi, non rimarrà altra soluzione che cambiare il tipo di asta con una più adatta al nostro allungo ed alla potenza del nostro arco.



Il **center shoot** è la posizione della freccia incoccata e sistemata sul rest per l'ottimale uscita dall'arco. Posizionando la freccia al centro dei flettenti, ne vedremo la punta fuoriuscire leggermente a sinistra (per tiratori destri) della corda stessa.

Il punto d'incocco



Un altro elemento da regolare a zero è il punto di incocco. In precedenza avevamo genericamente indicato che, per la regolazione di base del punto di incocco di un compound, la base del nodo o dell'anello metallico superiore doveva **essere collocata 1/4"** (0,63 cm) più in alto della retta perpendicolare alla corda e tangente al supporto di freccia (**+ 1/8" ricurvo**).

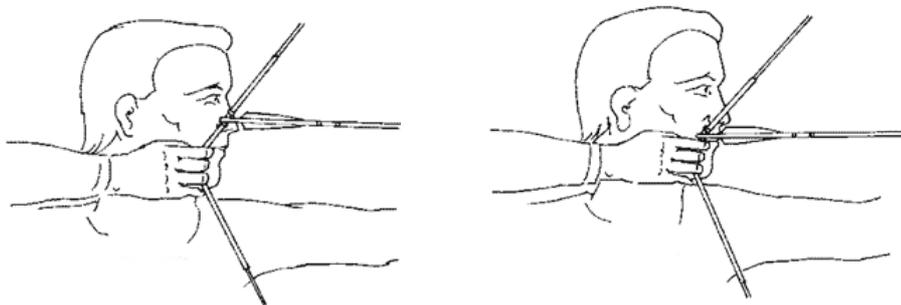
Questo valore è un parametro di riferimento approssimativo che tiene conto delle dimensioni medie delle cocche usate dalla maggior parte degli arcieri. Poiché però ora siamo alla ricerca di una messa a punto migliore, è più corretto iniziare i test con un valore di punto di incocco più "neutro", in modo da portare la parte inferiore dell'asta della freccia ad essere perfettamente perpendicolare rispetto alla corda.

È necessario far rilevare, in proposito, che molti tiratori tendono, **sbagliando, a regolare il punto di incocco tenendo conto della cocca ma non dello spessore della freccia**. In 'altri termini, per non perdere tempo prezioso, bisogna fare in modo che sia la parte inferiore dell'asta della freccia ad essere perpendicolare alla corda e non la parte inferiore della cocca, in quanto le cocche in uso al giorno d'oggi possono essere anche significativamente più piccole del diametro delle frecce. Tale circostanza, frequente in modo particolare con le frecce in alluminio, può facilmente portare, se ignorata, a collocare in partenza il punto di incocco troppo in basso

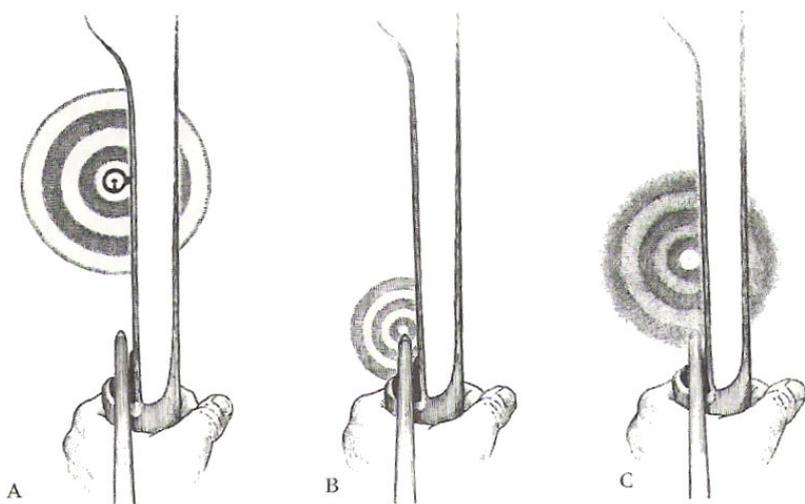
Tecnica Arco Nudo

STRING WALKING

Tratto da : L'ARCO - I racconti la storia lo sport. Di Morucci e Maugeri



Introdotta negli anni 80 da un tiratore svedese, è il procedimento di tiro ad arco nudo attualmente in auge per la sua precisione e semplicità di attuazione. Partendo sempre dal nostro punto di coincidenza avvicinatevi come al solito verso il bersaglio. A distanze prefissate (30 m, 25 m, 20 m ecc) **scendete con la mano lungo la corda di mezzo centimetro alla volta**, fino a stabilire una separazione, tra il primo dito e la cocca, **in funzione della distanza dal paglione**. In pratica mantenendo sempre la punta della freccia a mo' di mirino sul centro del bersaglio a mano a mano che la distanza diminuisce, aumenta lo spazio fra il bordo superiore dell'indice e la cocca. Per ritrovare quella serie di punti sulla corda relativi alla distanza, si può cominciare, prima di tendere l'arco, a mettere la mano a contatto con la cocca, ed **usare le cuciture della tab o le dita come scala**. Puntando l'unghia del pollice sul punto determinato e memorizzato fate scivolare le dita fino a quel riferimento. Come avrete intuito il sistema è matematico, ma comporta un piccolo problema. Alle brevi distanze la mano si trova in una posizione tale che i flettenti dell'arco non lavorano più in maniera regolare per cui dovete usare soprattutto archi di lunghezza superiore ai 64" ed **al di sotto dei 10m può essere utile usare un misto fra string e face walking**.



Dovete inoltre considerare che il falso scopo esentava da fenomeni di "target panic" (paura del giallo), dato che per quanto si traguardi su di un punto fisso, esso non sarà così critico come il centro del bersaglio. **A tale riguardo si può tentare di superare le difficoltà puntando la freccia al di sotto del bordo del centro**, come da tecnica in uso fra i tiratori di pistola. Nei tre sistemi precedentemente esposti (face walking, falsoscopo e string walking) è **NECESSARIO** conoscere la distanza di tiro con esattezza (soprattutto con l'ultimo metodo esposto).

Calendario gare

DICEMBRE

03-04/12/05	COLOGNO M.	18 M
03-04/12/05	MILANO BIANCAMANO	18 M
03-04/12/05	OLGIATE M.	18 M
03-04/12/05	PADERNO F.	18 M
10-11/12/05	BASIGLIO	18 M
17-18/12/05	MILANO EVERY	18 M
18/12/05	MONTICHIARI	18 M

GENNAIO (provvisorio)

7-8/01/06	CREMA	18 M
14-15/01/06	SOLARO	18 M
21-22/01/06	BELLINZAGO	18 M
22/01/06	DARFO	18 M
22/01/06	BOLLATE	25 MT.
28/29/01/06	CUCCIAGO	18 M
29/01/06	COLOGNE BR	18 M

Compleanni

AUGURI 🏹:

GIANNI TAGNIN	1 Nov
CORRADO MASCHERONI	12 Nov
LUCA CARDIN	15 Nov
OSVALDO CAPPELLETTI	21 Nov

Internet - Email



Il sito internet
della polisportiva è
www.cucciago80.com

e-mail società :
gebe00@cracantu.it
Segreteria:
segreteria@cucciago80.com

Orari Palestra:
MAR. 21.00 - 23.00
SAB 14.00 - 16.00

Marco Casartelli
segreteria Pol. Cucciago

nov. 2005