Materiali VS Tecnica

https://arcosportspigarelli.com/materiali-vs-tecnica/

Il tiro con l'arco è uno sport di tecnica e di attrezzatura, entrambe questi elementi hanno un importanza vitale ai fini del risultato finale.

Banalizzare l'incidenza di una buona attrezzatura e di una buona messa a punto sui risultati è un errore, nel corso degli anni il miglioramento tecnologico sui materiali ha fatto salire le prestazioni degli arcieri di medio alto livello in maniera evidente.

Altrettanto sbagliato però e concentrarsi in maniera spasmodica alla ricerca del ultimo ritrovato tecnologico, dedicando ore alla ricerca di una soluzione miracolosa, trascurando la tecnica di tiro e l'allenamento su di essa.

Senza ombra di dubbio acquisire materiale di alto livello e le competenze per fare una buona messa a punto dei materiali è più semplice ed immediato rispetto ad acquisire una buona tecnica ed una quantità di allenamento tale da consolidarla.

Arciere Principiante

Il principiante durante i primi mesi di pratica si deve concentrare completamente sull'acquisire una buona tecnica e sopratutto sulla ripetitività.

Durante questo periodo si potrebbero verificare vari cambiamenti nella postura di tiro, questo probabilmente determinerà cambiamenti nel allungo e nel libbraggio sviluppato.

Questo processo rende praticamente inutile cercare di fare una messa a punto precisa del materiale.

Sarà sufficiente fare una prima taratura standard del arco e una scelta di freccia che possa essere sensata con le informazioni a disposizione.

In questa fase è probabile che all'acquisire di una buona tecnica tu abbia la necessità di aumentare la potenza dei flettenti.

Questo processo potrebbe richiedere vari cambi di flettenti come spiegato in questo articolo, per questo motivo consiglio sempre l'acquisto di flettenti economici o di medio livello.

Stesso ragionamento per quanto riguarda le frecce, se ad ogni cambio di flettenti sarà probabilmente necessario cambiare anche le frecce, fino a che la situazione non si sarà stabilizzata acquistare frecce di buon livello potrebbe essere una scelta sbagliata.

Per il compound la situazione è un po diversa, avendo gli archi compound una regolazione della potenza di circa 10 libbre è possibile che l'arco acquistato come primo arco ti possa accompagnare molto più a lungo.

In considerazione di questo un buon arco potrebbe essere una scelta presso che definitiva, in base al budget che hai deciso di investire.

Arciere Intermedio

In questa fase la tecnica continua ad essere la cosa più importante su cui lavorare ma le variazioni sulla tecnica dovrebbero essere di minore entità e dovrebbero determinare variazioni minime dei parametri come allungo e potenza.

Contemporaneamente starai affrontando le prime gare e i materiali e la messa a punto possono avere una incidenza sui risultati, quindi a questo punto vale la pena di iniziare ad investire un po di denaro ed un po di tempo per migliorare anche questo aspetto.

Un flettente in carbonio di medio livello e delle frecce scelte in maniera sensata, il tutto messo a punto correttamente, possono fare la differenza.

L'unico consiglio che mi sento di darti è quello di fare queste operazioni prima che inizi la stagione agonistica che ti interessa e di evitare cambi in corso d'opera, a meno che non si rivelino strettamente necessari.

In modo da poterti concentrare completamente sugli allenamenti e evitando i necessari tempi di adattamento che ogni cambio richiede.

Arciere competitivo

In questa fase la tecnica di tiro si può dare per acquisita, se ci sono dei cambiamenti non sono quasi mai di forma ma quasi sempre di qualità dei movimenti, che non determinano cambiamenti sostanziali ad esempio sulla scelta delle frecce.

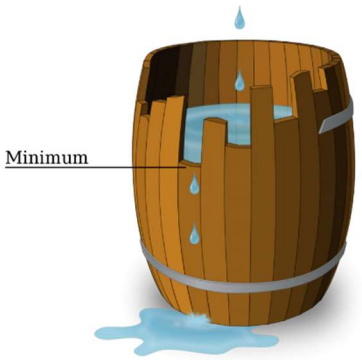
Ormai si è raggiunto un libbraggio definitivo, a questo punto si che vale la pena di investire su materiale di alto livello in tutte le sue parti, sia per questioni di prestazioni che di affidabilità.

Dal punto di vista psicologico la fiducia nell'attrezzatura deve essere totale, tutte le componenti devono essere affidabili e prestanti ed anche dal punto di vista della messa a punto si deve fare tutto il necessario per non avere dubbi.

Anche in questo caso però non bisogna farsi prendere dal demone della messa a punto costante, alla ricerca del risultato miracoloso.

Il modo di procedere è sempre lo stesso, cambiamenti di attrezzatura e messa a punto vanno fatti prima del inizio della stagione agonistica, per poi essere semplicemente ricontrollati a ridosso del evento clou della stagione.

Teoria della botte



Per quanto riguarda i materiali vale la teoria della botte, una botte contiene tanta acqua quanta ne contiene la sua stecca più corta.

Questo per dire che il livello delle varie parti della tua attrezzatura deve essere equiparabile.

Inutile comprare il meglio dei flettenti disponibili sul mercato per poi tirare frecce di bassa qualità o con un bottone impossibile da mettere a punto.

In conclusione

La tecnica di tiro e la giusta quantità di allenamento sono la prima cosa in termini di tempo e energia a cui dedicarsi, la qualità delle attrezzature seguirà passo passo il miglioramento della prima.