



Así que

por rick mckinney

¿Quiere usar el CLICKER?

Cuando el arquero aprende como manejar el arco, el clicker es lo último que debe pasarle por la cabeza. De hecho, la mayor parte de los monitores y entrenadores no introducen el clicker hasta que existe un programa de “congelación” de la diana, o cuando el arquero deja escapar la flecha con efectos incontrolables. A esto se le considera pánico al amarillo, un estado en que la mente consciente e inconsciente luchan por mantener el control sobre el tiro. Aunque el clicker se introdujo como una manera para controlar la apertura (y asegurarse así que el arco se abre siempre a una misma distancia en cada tiro, con lo que aseguramos la misma potencia acumulada o fuerza de impulso), hoy en día se ha llegado a la conclusión que realmente el clicker es mucho más que eso. Tengamos en cuenta que el clicker es un mecanismo que puede hacer que la mente consciente suelte la flecha subconscientemente. Sé que esto puede sonar extraño. A menudo, los arqueros principiantes tienen dificultades para soltar la flecha en el momento exacto que ellos quieren, por lo que es mejor oír una señal externa, en nuestro caso, el “click”, y de esta manera que te señale cuando realizar el tiro, con lo que no tienes que preocuparte más por esta decisión.

CUANDO COMENZAR A USARLO

Personalmente recomiendo colocar un clicker en el arco tan pronto como sea posible, probablemente dentro del primer año de aprendizaje del tiro. Los niños

aprenderán rápidamente cómo usarlo. A los adultos les costará un poco más, debido a su habilidad de analizar todo elemento del tiro. Cuanto más tarde un arquero en utilizar el clicker, más difícil le será eliminar el viejo hábito y acostumbrarse al nuevo hábito. Muchos arqueros principiantes al abrir el arco y apuntar no mantienen la tensión ni postura, relajándose poco a poco mientras apuntan y anclan, hasta el extremo de casi colapsar se y tener espasmos mientras apuntan. Esto quiere decir que la apertura es diferente en cada tiro. Esto es justamente lo contrario de lo que buscamos. Usando el clicker se corregirá este defecto. Un movimiento constante es imprescindible cuando se pretende usar el clicker correctamente. La dificultad está en que el movimiento debe ser “expansivo” (creciendo), coordinado y preciso, y no a tirones y brusco, sin control.

El tipo de clicker que se selecciona es también importante. Si la presión del clicker contra la flecha es muy fuerte, hará que este empuje al tubo de la flecha contra el botón de presión, haciendo que el muelle del botón se comprima. Una vez el clicker suena, el botón de presión empujará la flecha hacia fuera del reposaflechas, por lo que tendremos un error a la izquierda (o agrupaciones de izq. a dch., en una clara línea horizontal). Si la tensión del clicker es muy ligera, las plumas pueden llegar a golpear al clicker en el momento de abandonar el arco, causando como consecuencia un vuelo de la flecha errático. Esto se debe a que el clicker golpea el arco

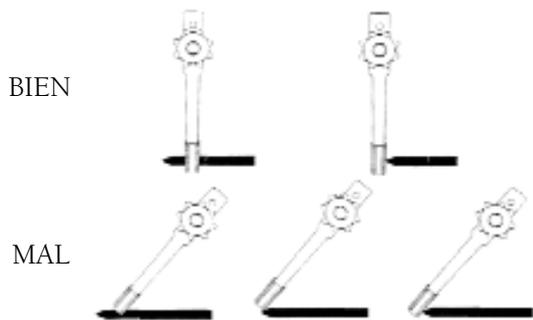
para luego rebotar hacia la flecha. El clicker de Beiter modelo 0.25 es una excelente elección (tiene la tensión correcta).

COMO COLOCAR EL CLICKER

Asegúrese de poner el clicker lo suficientemente largo, para que su extremo sobrepase la punta de la flecha de manera que la presión del clicker sea consistente cuando se ha sobrepasado. Si el clicker está excesivamente duro, o presenta demasiado ángulo con respecto a la punta, puede que tenga una clara tendencia a moverse hacia adelante debido a la presión que ejerce sobre la punta. Esto le daría una apertura diferente de un tiro a otro. O bien, puede originar que el clicker presione a la flecha hacia abajo, hacia el reposaflechas, con lo que al sonar el mismo produzca un “salto” hacia arriba de la flecha. Esto origina impactos altos y/o agrupaciones de las flechas de arriba-abajo, en una clara línea vertical.

Una vez que coloque el clicker en el arco necesitará que alguien le vea tirar unas cuantas flechas para determinar la exacta posición del clicker de manera que llegue a una apertura natural y sin forzar la postura, se pueda rebasar el clicker con cierta facilidad. Si el clicker está demasiado delante o hacia atrás con respecto a su apertura natural, no le ayudará con la eficacia que debería. Una vez haya tirado unas cuantas flechas sin el clicker, la persona que le esté observando (la posición de la punta de la flecha en el justo momento de soltar) puede indicarle dónde colocar el clicker. Una vez

Fuerza y ángulo del clicker sobre el tubo



está situado, necesita tirar con el clicker unas cuantas veces hasta que consiga una buena sensación y control. Más adelante puede moverlo hacia adelante o hacia atrás hasta ajustarlo a su apertura y movimiento de “expansión”. No espere milagros las primeras veces que lo use.

APRENDER SU USO CORRECTO

Para aprender a usar el clicker, es muy importante colocarse cerca de la diana de manera que no tenga ningún tipo de miedo a fallar. Normalmente se recomienda tirar alrededor de 5 a 8 m del parapeto y sin papel (diana de colores), sobre una rosca desnuda. Esto hace que se concentre solamente en el clicker y en su tiro, y no en el acierto al centro. Monte la flecha con el clicker puesto sobre el tubo, tense hasta el anclaje, luego mire el clicker y “crezca” hasta que suene el clicker y dispare la flecha (como está tan cerca, no debería tener miedo de no

acertar el parapeto). Mantenga el movimiento a lo largo de la apertura y cuando el clicker suene continúe el tiro. Eso es todo. Hágalo unas cuantas veces. Yo recomiendo tirar a una distancia corta sobre una rosca (o parapeto) sin papel durante la mayor parte de la sesión de entrenamiento. Como consecuencia se concentra más en uno mismo y en el tiro, en vez de en el centro de la diana. El impacto en la “mosca” ocurre si se ejecuta bien el tiro. Hay unas cuantas maneras de usar el clicker de manera efectiva. Una es mirar durante la apertura lo cerca que se queda la punta del clicker, colocarse y después apuntar. La otra es, apuntar mientras se abre el arco sin mirar el clicker. Yo recomiendo que se prueben ambas. Algunas personas tendrán grandes resultados con una, mientras que otras lo harán mejor de la otra forma. Pruebe ambas y experimente cuál es mejor y más efectiva para usted.

Una última recomendación. Coloque cinta aislante en la punta del clicker, de manera que este no chirríe mientras se abre el arco. La mayor parte de nosotros somos muy sensibles en sentir el “click” tanto como a oírlo. Si sólo lo oye, sus partes consciente e inconsciente se confunden y puede llegar a tener espasmos, encogerse o incluso tirar a través del clicker. El uso de cinta aislante ayudará a eliminar este problema.

El clicker es su amigo y es uno de los mecanismos más críticos en el arco. Aprenda a usarlo correctamente y obtendrá unos excelentes resultados y “sentirá” mejor su tiro.

¡Buena suerte!

We create the most accurate releases in the industry. Isn't it time to see what we can do for you?

1998 IBO World Champion
 1998 IBO Triple Crown 2nd Leg
 1998 ASA World Champion
 1998 ASA Georgia Champion
 1998 NEA Marked 3-D Na
 1998 NABH Illinois Champion
 1998 NEA Outdoor Nation
 1998 NABH Georgia Champion
 1998 NAA Indoor National
 1998 NABH Oklahoma Champion

Quality Wins

Carter Enterprises
 Accuracy Defined Through Design

1103 19th St. St. Anthony, MN 55145
 tel: (206) 624-3167 fax: (206) 624-7010
 www.cartercorp/ps2.com