

Tiro con arco SEGURO

En muchas ocasiones comenzamos nuestros cursos y enseñanzas a los recién iniciados en el arco con aspectos como la técnica, el material, la manera de disfrutar con el tiro con arco y otros aspectos y casi siempre nos olvidamos de lo que realmente deberíamos explicar de antemano...la seguridad.

Ser conscientes de las medidas de seguridad cuando se practica con un arco y unas flechas debería ser de sentido común, pero no es así. El tiro con arco no es un deporte de riesgo o inseguro, pero son los propios arqueros los que lo pueden convertir en peligroso. Cuando practicamos con nuestro arco en un campo de tiro debemos cumplir las normas de este campo, al igual que debemos ser considerados y respetuosos hacia los demás arqueros que practican a nuestro alrededor. Debemos advertir y llamar al orden a aquellos que practican de manera peligrosa e irresponsable. El callar nos hace cómplices del peligro potencial. Pero también se debe controlar el material y que el mismo se encuentre seguro y en buenas condiciones de uso.

No juegue con estos aspectos del material. Descuidos en este aspecto pueden hacerle mucho daño, tanto a Ud. como a los demás arqueros, al igual que a la buena reputación de nuestro deporte. O bien, el abandono del arco en el suelo, golpes con cantos u otros arcos pueden dañar más de lo que puede creerse el material propio y el de los demás. Maneje con cuidado su arco en un campo de tiro. Cuando llegue a un campo de tiro nuevo, intérese por las normas del campo, y si el campo es de su club o de su propiedad, procure crear unas normas de utilización para que nadie pueda ignorar las más elementales normas de seguridad. Asegúrese de que se cumplan estas normas y de que se supervise el correcto uso del mismo, y especialmente cuando se encuentren arqueros noveles. Nunca apunte a nada excepto a la diana con su arco y la flecha. Ni siguiera en juegos o bromas...

“El tiro con arco no es un deporte de riesgo. Son los arqueros los que lo pueden hacer peligroso”

Material

Es importante revisar su material de tiro periódicamente para mantenerlo inofensivo. Lo primero a mirar es si ha montado la cuerda adecuadamente en sus encajes en las palas. En alguna ocasión las gomas de las cuerdas no son encajadas en las ranuras de las palas y pueden llegar a soltarse en los primeros disparos. Al montar su arco, compruebe las gomas de la pala de arriba y la de abajo. Si la cuerda no se encuentra bien montada, destense el arco y vuelva a tensarlo adecuadamente. Compruebe cada flecha antes de usarlas, y especialmente las flechas de carbono, y mire si se

encuentran dobladas, astilladas o con fibras sueltas que pudieran originar una rotura del astil en el momento del disparo. También compruebe los culatines y que no estén "tocados", al igual que no falte ninguna pluma y que todas se encuentren pegadas al tubo. Cualquiera de estos daños podrían hacer que la flecha volase de manera "errante" e imprecisa.



También compruebe su cuerda, si descubre cuerdas rotas, sueltas o forradas con holgura. Una cuerda muy vieja, demasiado deshilachada y demasiado "seca" también es un peligro potencial. La cuerda en este estado podría romperse en su apertura máxima o en el momento del disparo pudiendo causar un daño a Ud. o a los que se encuentran a su alrededor.

Eche un vistazo regular al cuerpo de su arco, buscando fisuras o "arrugas" que denoten la fatiga del material. Debería revisar todos estos aspectos antes de disparar cada día.

Cuide adecuadamente su arco. Nunca lo guarde en una habitación calurosa, y especialmente en un ambiente caluroso y seco, ya que pueden causar que la pala se "despegue" o se deforme.

(Recuerde que en los maleteros de los coches y en verano se alcanzan temperaturas superiores a los 60 grados centígrados y que pueden perfectamente dañar sus palas).

Transporte su equipo de arquería dentro de unas cajas rígidas, con lo que conseguirá proteger adecuadamente su material en los viajes en autobús, tren o avión. Recuerde el poner cera en su cuerda con cierta regularidad, lo cual aumentará la vida de su cuerda, al igual que mejorará el rendimiento de su tiro. Por otro lado recuerde el secar su material después de un día lluvioso o húmedo. El agua acumulada en la maleta del arco pueden dañar ciertos elementos de su material. No prenda fuego cerca de su arco, y cuidado con los mecheros y los sopletes demasiado cercanos a la cuerda. Y nunca acerque una llama a la cuerda con la flecha montada.

Ropas

Su vestimenta también puede ser un aspecto a tener en cuenta. Use calzado cómodo y que le proteja de la humedad del césped y que sea lo suficientemente resistente como para evitar que una fle-

cha pueda dañarle cuando la busca entre los rastrojos y la pisa sin darse cuenta. Por otro lado, las camisetas, polos o jerseys deben ajustarse adecuadamente. Ropa holgada se puede enganchar en la cuerda en el momento del disparo, causando que las flechas vuelen defectuosamente. Puede prevenir este riesgo usando un protector de pecho y unas cintas elásticas en las mangas del brazo de arco. Si tiene el pelo largo, recójalo siempre en una coleta por detrás.

Reglas del campo de tiro

En un campo o instalación de tiro con arco debe existir una distancia adecuada por detrás de las dianas y una montículo o pared al final del mismo para evitar que las flechas erradas salgan del campo. Exclusivamente se puede disparar hacia las dianas desde la línea de tiro, que debe de ser una y a una misma altura. Evite 2 ó 3 líneas de tiro y a alturas diferentes. Nunca sobrepase la línea de tiro cuando otro arquero se encuentre disparando. Solo coloque una flecha en la cuerda en la línea de tiro y dispare a la diana que le corresponde en su calle. Asegúrese de que exista suficiente espacio entre los arqueros en la línea de tiro y el espacio suficiente para que puedan dejar su material de tiro en la zona e espera. Tenga la precaución de no estorbar ni rozar a otros arqueros vecinos de Ud. en la línea de tiro.

Si debe ir por detrás de las dianas en la búsqueda de alguna flecha perdida, avise a los arqueros que se encuentra allí y que buscará su flecha. Puede dejar el carcaj o el arco enfrente de la diana con lo que cualquier arquero se dará cuenta de que esa diana está inutili-

zada por algún motivo, y no habrá posibles despistes. Use siempre un carcaj para guardar sus flechas. Es la mejor manera y la más segura de transportar las flechas. Cuando saque las flechas de las dianas, asegúrese de tirar de ellas en línea recta en el mismo sentido, sin tirones hacia los lados. Si lo necesita, puede poner la otra mano en la diana para evitar que el roscó pueda abalanzarse contra Ud, o bien si debe hacer fuerza, tome la flecha con las 2 manos y lo más cercano posible de la punta y con la rodilla fije la diana hacia el trípode, evitando de nuevo la posibilidad de que la diana se caiga al tirar fuertemente para sacar la flecha. Nunca se sitúe detrás de un arquero que recupera sus flechas, ya que los culatines pueden llegar a alcanzarle y dañarle en la cara, brazos u ojos. Si lo primero que tiene en su mente es practicar el tiro con arco con las medidas de seguridad mínimas, será muy raro que tenga ningún percance en toda su vida deportiva. Y si la seguridad es lo primero que se tiene en cuenta al pisar un campo de tiro, el arco es un deporte divertido y seguro.

¡Le deseo un buen tiro (y seguro)!



**For the BEST BOWSTRING PERFORMANCE IN THE WORLD...
 BCY has ALL the answers!**

Compound and recurve shooters agree: Whether you're hunting or in competition, the accuracy and power of your shot depends upon your bowstring's strength, durability, and consistency. That's why so many major bow manufacturers install and recommend BCY bowstring as standard equipment on their bows for top performance.

Choose:

450 PLUS
FOR TOTAL STABILITY

- No creep
- Good arrow speed
- No fuzziness

FORMULA 8125
FOR HIGHEST SPEED

- Low creep
- Low stretch

• Both with high strength and durability

For the latest in bowstring and serving technology, technical assistance and fast service from people who understand archery, call BCY at 203-787-7970

BCY, Inc., Fibers Division
 50 McDermott Road, North Haven, CT 06473, U.S.A.
 Phone: 203-787-7970 • Fax: 203-787-7979
 e-mail: bcyray@msn.com • web site: www.bcyfibers.com