

Punts de contacte a la cara – Referències facials

En la cita precedent havíem apuntat la importància d'aquest pas de la cadena executiva. Hi tornem perquè, pel que ens és donat saber, sembla haver-se revelat com un dels segments seqüencials més menysvalorats, als que es dedica menys cura, i per tant perillosament fràgils.

El *peep*: Usar-lo amb prudència

Està clar que la seva posició sobre la corda ha de seguir uns canons més aviat precisos, però que poden variar segons la disciplina practicada (Sala, Camp, Diana). Sabem bé que l'amplada del seu forat de col·limació es correlaciona amb la relació d'engrandiment, que implica la distància entre aquest i l'ull d'apuntar, la distància a la mira, i el factor d'engrandiment de la lupa, a més de l'extensió de la barra del visor. Les variables relatives a aquest important accessori, genuïnament del compost, que no s'acaben aquí, impliquen de manera important el desenvolupament de la mateixa acció del tir. En lo específic, una interpretació incorrecte de l'ús del *peep* mostrarà els seus efectes negatius en la part final de la tracció i, especialment, en l'adquisició dels punts de contacte a la cara (ancoratge, contacte del nas sobre la corda, collimació de l'ull en el *peep*).

Primer: Desenvolupament complet de l'obertura.

El fet que el compost mostri un "final" net i precís, dictat per la pròpia rotació de les politges, no ens autoritza a obrir l'arc de manera biomecànicament aproximada. Tenir cura, com ja hem tingut manera de recordar en el darrer escrit, de la línia de tracció i el seu desenvolupament resulta doncs absolutament imperatiu. Aquesta atenció ha de resultar especialment aguda en les darreres dues o tres polzades d'obertura, en altres paraules dins del segment proper a l'adquisició de l'ancoratge. És de fet en aquest breu però actiu espai de temps en que poden sorgir aquelles anomalies, desgraciadament massa sovintejades, fins i tot en arquers d'alt nivell. No s'ha d'oblidar que abans de qualsevol tipus d'aproximació als contactes a la cara, la tracció s'ha d'haver desenvolupat completament. Evitem, amb aquesta finalitat, qualsevol moviment de la part alta de les espatlles o del cap que en alguna manera anticipi la total obertura de l'arc. Aquestes accions paràsites acostumen a tenir lloc de manera completament inconscient i s'han de mantenir atentament controlades. Esquemàticament podem recordar-nos: "Primer OBRIR L'ARC!!!"

Segon: Adquirir l'ancoratge

Pot semblar una banalitat, però quants de vosaltres poden mostrar-se ansolutament certs d'haver adquirit sòlidament l'ancoratge DESPRÉS del complet desenvolupament de l'obertura i ABANS del contacte de la corda al nas ? Caldrà pensar-hi perquè, fins i tot aquí, cal un ordre. L'adquisició de l'ancoratge no pot ni ha de ser simultània a la recerca del contacte de la corda al nas, considerant que, si es vol conservar la geometria oportuna, és la segona acció la que ha d'originar-se

necessàriament de la primera. El preu a pagar, alternativament, és tècnicament massa alt com per agafar-nos desprevinguts. Variabilitats i inconsistències en l'ancoratge, empitjorades per variacions en la distància, ens poden portar molt lluny del que reconeixem com a situació tècnicament impecable. Ens prometrem, doncs, de recordar: "Segon: ASSEGURAR L'ANCORATGE!!!"

Tercer: Contacte del nas a la corda.

El contacte de la corda sobre el nas podrà assumir el seu ple sentit només si s'han respectat els primers dos punts. Només adherint-nos a aquest ordre cronològic, tindrem la matemàtica certitud de que l'ull de mira resulti alineat de la mateixa manera al forat del *peep*, fletxa rera fletxa. Per contra, podrem afegir tranquilament que és sempre aquesta rutina a la que ens hem de sotmetre per a trobar una posició exacta del *peep* a la corda ateses les exigències de l'especialitat practicada. El contacte del nas sobre la corda serà més aviat fort i ben marcat, i en la seva recerca es podrà preveure tranquilament un moviment del cap que, arribats aquí (arc completament obert i ancoratge assegurat), difícilment podrà representar cap perjudici a una estructura de tir ja plenament consolidada. El contacte de la corda sobre el nas podrà ser central, extern o intern, però en qualsevol cas haurà de resultar d'adquisició fàcil i segura. Encomanem a la ment doncs: "Tercer: NAS SOBRE LA CORDA!!!"

Quart: Col·limació en el *peep*.

Ja hi som, finalment ja podrem "mirar" a través del forat del *peep*. La nostra mirada fins a aquest moment haurà estat enfocada dins d'una zona d'interès adequada, que serà tanmateix tan reduïda com es pugui. Immediatament després de la col·limació la posició de la mira sobre la diana y una comprovació general us faran reconèixer la situació com a ideal i us permetran introduir-vos en la fase final de l'acció. El cicle dels contactes a la cara es podrà considerar precisament acabat amb: "Quart: COL·LIMACIÓ PEEP".

Falses veritats.

Com a conclusió, no resulta doncs veritat que a una determinada posició del *peep* li correspongui un també precís i repetitiu punt d'ancoratge, així com es mostra obviament fals que, donat un ancoratge, la posició del *peep* hagi de ser unívoca. Les variables en joc són, tal com hem vist, bastant més fines i complexes. El respecte a una cronologia dels contactes a la cara construïda sobre la base del que s'ha dit més amunt posarà ordre en aquesta delicada fase, i no fallarà en revelar les seves immediates avantatges en termes de precisió.



Foto n° 1: "Primer: OBRIR L' ARC!!!".



Foto n° 2 : " Segon: ADQUIRIR L'ANCORATGE!!!".



Foto n°3: " Tercer : NAS SOBRE LA CORDA !!!".



Foto n° 4: " Quart: COL-LIMACIÓ PEEP".