

# Estabilizadores

## Cómo elegir uno para su arco

por Rick McKinney

Existe una amplia gama de estabilizadores y varias combinaciones para usarlos con eficacia. ¿Cuál es el mejor estabilizador?. ¿Cuántos debería usar?. ¿Cuánto peso debería poner en los extremos?. Estas son sólo algunas de las cuestiones que hacen que nos volvamos "locos" buscando lo último y mejor en estabilizadores. En el diccionario Internacional Webster se puede encontrar: "Estabilizador: Algo que hace a otro elemento estable." y "Estable: situado de una manera que impide o se resiste a que las fuerzas que actúan sobre él produzcan un cambio o movimiento."

Bien, ya sabemos que esas barras no son simples antenas por las que puede recibir buena música u otros mensajes del espacio. Vayamos al asunto.

Ajustar su arco a un sistema de estabilizaciones es un juego de ensayo/error. Los aspectos importantes para elegir un tipo de estabilizadores son los siguientes:

1. ¿Qué tipo de reacción del arco busca en el tiro?
2. ¿Cómo desea tener su arco equilibrado antes, durante y después del tiro? ¿Quieto o con caída?
3. ¿Cuál es el peso total que desea en su arco para el completo control del mismo? (incluido el peso del visor y reposaflechas).
4. ¿Cuánto peso desea en el extremo final del estabilizador largo?

*El sistema de "V" es el más popular en la actualidad*

### EQUILIBRANDO EL ARCO

Comience determinando cómo desea que se estabilice su arco durante el tiro. Actualmente, en el mundo del arco recurvo, existen dos teorías. La primera es sentir que el arco abandona la mano de manera lineal y recta al disparar. La segunda es dejar su arco en la mano al tirar.

Parta que el arco pueda salir de la mano del arco rápidamente y de manera recta (sin la caída o balanceo del arco) Ud. tiene dos opciones. La primera es utilizar un estabilizador central largo y una pieza "V" para los estabilizadores traseros o laterales. La



*Hay muchos estabilizadores entre los que poder escoger, y variadas combinaciones!*

otra posibilidad es acoplar al arco 3 estabilizadores al frente, uno largo central y dos cortos por encima y por debajo del largo. Algunos arqueros usan con este sistema un peso trasero acoplado al arco con un torque o goma para frenar algo el rápido movimiento del arco.

### El sistema de "V"

Esta combinación presenta 2 estabilizadores laterales o traseros en ángulo abierto de 30 a 45 grados y hacia abajo de 0 a 45 grados. Estos estabilizadores laterales se ajustan en una pieza en forma de "V" que suele ir acoplada a una pieza de extensión que adelanta este conjunto "piezaV" y estabilizadores laterales unas 3 a 4 pulgadas del arco. Como la mayoría del peso se encuentra adelantado respecto al cuerpo del arco, esto provoca que el arco salga rápidamente de las manos del arquero al disparo. La teoría de que esto suceda rápidamente se fundamenta en la imposibilidad de poder rectificar o cambiar el disparo por un "golpe" de la mano de arco o dedos. En otras palabras, no desear el fallar a donde se estaba apuntando. Hay piezas en "V" fijas, sin posibilidad de

mover el ángulo lateral y de altura y existen modelos adaptables en ambas direcciones. Lo mejor para aquellos arqueros que no sepan qué posición o ángulos de sus estabilizadores traseros seleccionar, es la pieza móvil o universal. Con ello puede ir probando diferentes aperturas e inclinaciones, más abierto, más cerrado, arriba, abajo o la clásica de 45 grados. Estas piezas de "V" universales tiene la tendencia de moverse o aflojarse con cierto número de disparos, por lo que cuando haya encontrado la inclinación óptima y cómoda para Ud., busque una pieza de "V" fija con ese mismo ángulo seleccionado. Otra posibilidad es pegar las piezas móviles con "Loc Tite" o "epoxy" para que no se puedan aflojar ni mover.

Algo que recordar. Cuanto más bajo sitúe sus estabilizadores cortos o traseros, menor será la salida de su arco. Si sitúa sus "cortos" a la altura



*El sistema de los 3 estabilizadores frontales llegó a ser muy popular con el equipo femenino de Corea, que ganaron Ctos. del Mundo y Olimpiadas con él.*

del estabilizador largo (ángulo 0) la salida de su arco será más dinámica durante el disparo. Cuánto más abra estos estabilizadores hacia fuera de su arco, más corto será el recorrido del arco. Cuanto más cerrado, más largo.

### El sistema de los 3 estabilizadores.

Otra posibilidad de obtener un arco dinámico en su salida es utilizar un estabilizador largo central y los dos cortos en el frontal del arco, uno arriba y el otro abajo. Esto hará que su arco

salga rápidamente de su mano al igual que con el sistema en "V". con la particularidad de que el arco se gira con más rapidez (cae la punta del estabilizador largo). Este sistema de 3 estabilizadores es muy popular por las mujeres coreanas que lo utilizaron en numerosos Cto. del Mundo y Olimpiadas con muy buenos resultados. La mayoría de los arqueros que utilizan esta opción, lo hacen en el central con estabilizadores de 27" a 30" pulgadas y los cortos de 6" a 8" pulgadas. Estos son los mismos estabilizadores que se usaban en el sistema de "V".

La única diferencia es que aquí no se da uso a la pieza de extensión de la "V" de 3 a 6" de tamaño.

### MANTENIENDO EL ARCO EN SU MANO

La otra teoría vigente es el mantener el arco en la mano durante el disparo (menos dinámico) que necesita de más peso en los estabilizadores y de un peso trasero para equilibrar mejor el arco. Algunos arqueros de élite americanos están utilizando este sistema por ser el más reciente, pero todavía tiene que ser probado y demostrada su eficacia en competición. Todos los títulos mundiales y Olímpicos desde 1977 han sido realizados con el sistema de "V". De cualquier manera, hay que destacar que esta combinación comienza a ser muy extendida en los USA. Un sistema de "V" puede ofrecer la misma sensación que el de 3 estabilizadores si se elevan por encima de la horizontal los cortos, adelantando así el centro de gravedad del arco a la mano, o se elimina la pieza de extensión, y se fija la "V" directamente contra el arco. Estas dos

*Los estabilizadores "multipiezas" tienen la ventaja que no necesitan de sistemas absorbevibraciones ya que los propios tubos de carbono realizan esta función.*



*Esta combinación presenta un estabilizador largo central y un peso trasero para compensar. La flecha acaba de ser lanzada, observe la cuerda y el Doinker (goma de la punta del estabilizador) haciendo su trabajo., absorber vibraciones.*

opciones hacen girar al arco muy cerca de la mano, sin abandonarla casi.. Ya que el peso se encuentra cercano a la mano, el arquero puede poner más pesos a su arco dándole mayor estabilidad. Cuando hace viento, un arco pesado puede ser más estable y eficaz (aunque si se mueve, cueste más el frenarlo). La mayor diferencia entre el estabilizador central con peso trasero y la pieza "V" acoplada directamente en el arco es la resistencia del arco al giro en la mano al disparar, que es mayor con la pieza en "V" (gira menos).

### ESTABILIZADORES CENTRALES

La importancia de los estabilizadores centrales (para todos los sistemas y combinaciones) no debe ser exaltado ni exagerado. Necesitará determinar la longitud, la cantidad de peso que





desea en la punta y la dureza del estabilizador en función con la potencia de su arco y su forma de tirar. Si usa un estabilizador "en cono" (que se va haciendo más fino en su extremo distal), sentirá demasiadas vibraciones y temblores en su tiro. Este tipo de estabilizadores se mueven arriba-abajo en su extremo (cuanto más peso, peor) cuando se encuentra temblando ligeramente y habitualmente en el momento de apuntar, creando un tiro incontrolado y moviendo su arco y brazo más de lo que Ud. desearía.

## Pesos en el final del estabilizador largo

La cantidad de peso que vayamos a acoplar al extremo del estabilizador largo es muy crítico. Tiene que ser el suficiente como para que el arco se mantenga dentro del plano de tiro que forma la cuerda y su proyección a la diana (Plano frontal), evitando toda torsión o giro del arco lateral en el momento del disparo. El extremo del estabilizador largo puede moverse arriba-abajo, pero nunca de derecha a izquierda. Demasiado peso puede hacer que el estabilizador no se comporte correctamente. Pruebe en un principio con dos o tres piezas del peso en el extremo del estabilizador largo. La mayoría de los pesos tienen una masa de 650 grains cada pieza (unos 43 gramos).

## Tipos de estabilizadores centrales

El estabilizador largo más popular es el de turbo paralelo. Se presenta en gran variedad de materiales y durezas. El más común tiene un diámetro de 1 pulgada. Estos funcionan excelentemente. Se usan varios materiales en ellos, pero el rey es el "carbono" y fibras composite (compuestas o derivadas del carbono). Algunos modelos de aluminio siguen siendo usados con eficacia, pero no en la alta competición. Algunas innovaciones algo más gruesas en su diámetro, unas 2 pulgadas, como la Easton X-10, X-Ring o la Bomar. Parece que funcionan bastante bien, sobre todo en los arcos compuestos, pero los recurvos temen que estos modelos le den demasiada superficie que les hará moverse algo más en condiciones de viento. Además de ello, las oscilaciones de estos estabilizadores no son los adecuados para las vibraciones que produce el arco recurvo.

Otro modelo o tipo de estabilizador es el multipiezas con tubos de carbono. Están diseñados a partir de unos tubos de carbono unidos por unos fijadores o piezas reguladoras que le dan la posibilidad de variar las oscilaciones para ajustarse a cada arco. La ventaja de estos últimos es que no necesitan acoplar un absorbivibraciones (gomas en el extremo distal del estabilizador, Doinkers, etc). Los tubos ya realizan esta función por

sí mismo. Pero estos estabilizadores requieren de una longitud mayor a la habitual para ofrecer un óptimo rendimiento. ¡Longitudes sobre 35 a 40 o 45 pulgadas!. Al tener más longitud y presentar más piezas en el estabilizador, incluso no es necesario el peso en el extremo del mismo.

Cuando se haya decidido sobre el largo del estabilizador y del tipo y longitud a utilizar y que le funciona bien y le dé confianza, deberá tener en cuenta que siempre que pruebe un estabilizador, primero deberá hacerlo al menos unas sesiones o semanas, y luego, deberá reajustar su arco con cada prueba, ya que cada estabilizador le confiere a su arco una diferente configuración y característica en el disparo. Frecuentemente su punto de encoque variará en función de tal o cual estabilizador. Normalmente si tiene una regulación muy buena, esto puede no variar casi, y más cuando ya lleva muchos años tirando con este tipo de regulación. Y también puede ir probando pesos diferentes, inclinaciones variadas, tipos diferentes de estabilizadores, pero se dará cuenta que su posición o combinación habitual de estabilizadores son los que más le ofrecen su reacción deseada en el arco.

*Rick Mckinney ha ganado 2 medallas olímpicas de plata y ha conquistado 3 Ctos. Mundiales. Es además el fundador de Archery Focus en su versión inglesa.*

Werner Beiter, Technische Kunststoffteile  
Daimlerstraße 18, D-78083 Dauchingen

[Info@WernerBeiter.com](mailto:Info@WernerBeiter.com)

Tel. (+49) 0 77 20 / 85 68 60  
Fax (+49) 0 77 20 / 42 38

**Beiter**

[www.WernerBeiter.com](http://www.WernerBeiter.com)