

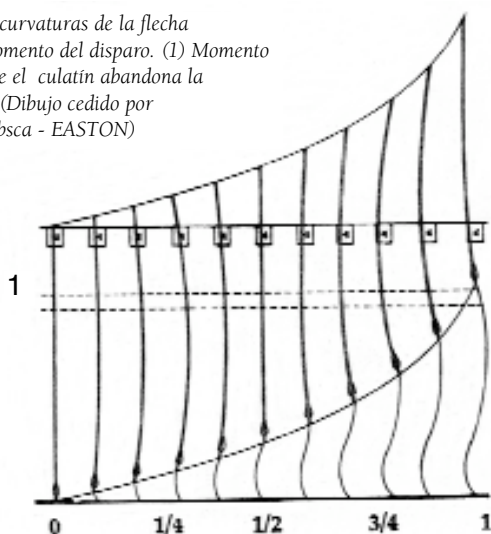
Ajuste fino del FISMEL

¿Qué es lo que pasa cuando sentimos que no agrupamos bien nuestras flechas y sin embargo el arco y la técnica están bien ajustadas?. ¿Qué es lo que puedo hacer para eliminar esa sensación negativa?. Habitualmente estos problemas de “buscar mejores agrupaciones” pocas veces tienen una causa técnica, sino más bien del ajuste fino del arco. Cuando regulamos un arco con el ajuste BÁSICO, lo que estamos haciendo es poner todas las variables que se pueden ajustar en el arco dentro de la “norma” o una lógica. Pero cuando realizamos un ajuste FINO, lo que estamos haciendo es “desajustar” ligeramente nuestro arco para que pedone y sea benevolente con nuestros fallos más comunes. Y en este ajuste fino, además del botón de presión y la localización del encoque, juega un papel muy importante el fismel. Cuando tomamos nuestro arco, el fabricante del mismo nos da la información del fismel inicial del arco, en función a unas medidas que se han medido. Pero este fismel del fabricante solo es un inicio. Debemos encontrar el nuestro propio, aquel en el que nuestro arco mejor agrupa.

Para aclarar un poco los conceptos, tendremos que tener claro que el fismel, o distancia de la cuerda a la parte más profunda de la empuñadura, influye directamente en la distribución de la fuerza en el recorrido de la flecha-cuerda cuando soltamos y disparamos un tiro, y en el movimiento o fuerzas internas de la flecha en el momento preciso en el que ésta abandona la cuerda.

a) Cuando aumentamos o disminuimos el fismel, estamos tensando o destensando ligeramente las palas, al igual que cambiamos la cantidad de impulso que recibe la flecha en su recorrido. Pongamos un ejemplo. Si tengo un arco de 40 libras, la potencia de las palas será igual cuando tenga 22 cm de fismel ó 23. Sin embargo al colocar mi cuerda a 23 cm, estoy tensando algo más mis palas, y además la flecha abandona antes la cuerda, con lo que esta “empuja” en menos recorrido a la flecha. Si además tenemos presente que la flecha en su recorrido desde la suelta hasta abandonar la cuerda se encuentra realizando unas flexiones y torsiones, el justo momento de abandonar el culatín a la flecha condicionará la correcta y limpia salida de la misma en función de si en ese justo instante el tubo se encontraba recuperándose de una flexión o iniciando otra. Y es justo aquí donde

Fases y curvaturas de la flecha en el momento del disparo. (1) Momento en el que el culatín abandona la cuerda. (Dibujo cedido por Don Rabsca - EASTON)



reside el ajuste fino de nuestro fismel, y que será individual para cada arquero. Estará claro, que con la infinidad de variables que influyen en un arquero y su estilo de tirar, no habrá un fismel igual para ningún arquero. Cada uno deberá buscar el suyo. ¿Y esto cómo se hace?. La manera más eficaz que he encontrado para ello es el siguiente:

1.- Después de regular mi arco de la manera clásica, con las 3 flechas emplumadas y las 3 desemplumadas a 30 m, y con todo el material ya a punto, me sitúo a una distancia en la que me encuentre cómodo (la distancia preferida de cada uno). Pueden ser 30 metros ó 90. Lo único importante es que sea la distancia en la que más seguro me encuentre. En mi caso,

suelen ser los 70 m ó los 30m. Sitúo un papel normal de competición, y debajo coloco un papel blanco (Folio o cartulina). En ese papel marco mi fismel inicial en una esquina (22 cm). Realizo unos tiros a mi diana (debajo de la cual se están marcando en el papel blando los impactos y las agrupaciones).

2.- Cuando he tirado 2 ó 3 tandas de flechas, cambio el papel de detrás de la diana por otro nuevo, que esta vez lleva marcado 22,5 cm. Cambio mi fismel del arco a 22,5 cm y realizo otras 2 o 3 tandas (cuanto más seguro uno se encuentre, menos tandas hacen falta. Finalizadas mis 2 ó 3 series, vuelvo a reponer el papel blanco por otro nuevo, con una amrc de 23 cm. Cambio el fismel de mi arco a 23 cm (dando vueltas a la cuerda) y repito mis series con este nuevo fismel. Esto lo puedo hacer tantas veces y con los márgenes que quiera (de 4 en 4 mm, o de 8 en 8 mm).

3.- Finalizado el ejercicio, tomo todos mis papeles en blanco con los impactos y el indicación en la esquina del fismel utilizado en cada caso y puedo observar las agrupaciones de los impactos. Primero compruebo en cuál de ellos los grupos son más compactos, y después en cual de ellos el fallo es más pronunciado. Esto me da dos datos importantes. Primero saber cual es mi fismel idóneo (en mi caso, 22,8 cm con una potencia de 47 libras, palas de 68-42 Carbon*. 18 hilos de Dyneema Angel), el cual buscaré y revisaré cada vez que monte mi arco, e incluso en medio de la competición vuelvo a comprobarlo. Y segundo, hacia donde (más o menos) mi regulación se vuelve más crítica(en mi caso es mejor subir un par de milímetros que bajarlos. Con 23 mi arco va “bien”, pero con 22,6 tengo algunos “despistes” en la diana).

Como podreis ver, es cuestión de probarlo y conocerse uno a si mismo y a su material mejor.

¡ Mucha suerte, y a entrenar. !

Diferentes agrupaciones con diferentes fismeles. Impactos marcados en el papel que situamos detrás de la diana clásica.

