

# La mano de arco

Este artículo es parte de una serie sobre el arco tradicional y el estilo de tiro instintivo. El tiro con arco de Howard Hill, Fred Bear y otros grandes de nuestro deporte.

Un día, un arquero entró en mi tienda quejándose del mal vuelo de la flecha que obtenía con su arco long bow. Yo le dije "No es problema, déjame ver como tiras". Una de las primeras cosas que miré fue la torsión de la mano de arco (gira el arco de manera que cuando abres se tire de la cuerda ligeramente hacia un lado del arco en vez de recto y atrás). Para comprobar la torsión del arco, me coloqué detrás del arquero y le hice tensar hasta la apertura completa. Pude ver inmediatamente que la cuerda se tensaba desde el lado izquierdo del arco en vez de recto y hacia atrás. Cuando soltó la flecha golpeó en el arco y salió despedida haciendo zig-zag. Por supuesto el problema era una posición incorrecta de la mano de la empuñadura. Enseñé al arquero como colocar la mano y su comentario fue, "Pero esta no es la manera que tiro". Algunas personas simplemente no quieren aprender a tirar bien.

Otra indicación del problema es cuando los arqueros comentan "el arco parece como si me tratase de girar la mano". Bien, piense esto un minuto. Con un long bow, las puntas del arco se mueven hacia atrás respecto a la

empuñadura, o el centro de rotación y empuja el arco directamente hacia la mano. Esto es una de

***"Enseñé a un arquero cómo corregirlo y su comentario fue: Pero esta no es mi manera de hacerlo."***

las razones por las que el long bow es más permisivo que el recurvo. Si trata de abrir un arco recurvo ejerciendo una torsión, las puntas del arco recurvo giran en vez de la empuñadura.

Hay tres tipos básicos de empuñaduras que le ayudarán a prevenir la torsión, pero debe recordar que el objetivo es tirar de la cuerda recto y hacia atrás. Con el tipo de empuñadura recto, o Howard Hill, el arquero agarra el arco con la parte de atrás de su mano recta, y la muñeca recta. El arco reposa casi en la unión del dedo gordo con la muñeca, con los dedos cerrados sobre el arco y la palma en contacto con el lado izquierdo de la empuñadura. Esto funciona sólo con la empuñadura recta original en los arcos tipo Howard-Hill. La mayor parte de los arcos de este tipo construidos en los últimos años, tienen una empuñadura rebajada, pero yo tiendo a usar otra empuñadura, que es mucho más fácil de utilizar.

Este tipo de empuñadura

es la que tiene mi long bow modelo LongHunter. Esta empuñadura tiene una forma sumamente trabajada para colocar la mano más cómodamente sobre el arco. La mano debería estar en un ángulo de 45 grados con respecto al arco, separando del cuerpo la parte inferior de la palma. El arco descansa sobre la base del pulgar, y los dedos deberían cerrarse ligeramente sobre el arco. Con la empuñadura suave (preferentemente sin cubrir), cuando las puntas del arco tiendan a volver a su



posición, el arco tenderá a centrarse él mismo, dando una línea de tensión recta.

El tercer tipo de empuñadura es el llamado "empuñadura alta" donde el arco descansa sobre el espacio entre el pulgar y el índice, con la muñeca recta. Esto puede darle hasta una pulgada más de apertura.

Es casi imposible que vea por sí mismo si se está dando torsión al arco o incluso si sólo es un poco, por lo que consiga a alguien que vaya con usted a comprobar si tira del arco recto hacia atrás o no. Haga que se coloque detrás suyo y

que le mire la cuerda en referencia al arco mientras mantienen el arco en la apertura completa. Si está torsionando el arco, verá que la cuerda no

cada persona está hecha de manera diferente: algunos tienen ojos grandes, otros boca grande, los hombros de una persona van de una

**“Debido a que cada persona está hecha de una manera diferente, cada uno debiera tener la técnica ligeramente distinta.”**

está en línea recta con respecto al arco y será capaz de dirigirla en sus cambios de empuñadura hasta que el arco se mueva en un plano recto. Recuerde, los viejos



hábitos cuesta quitarlos. Haga que su amigo le mire de vez en cuando hasta que haya resuelto completamente su problema de mano de arco. Olvide como Joe Blow, super arquero aguanta su arco. Usted y él son totalmente diferentes. El objetivo es tirar del arco en un plano recto hacia atrás para conseguir el mejor vuelo de la flecha posible.

Es importante que comprenda que debido a que

forma y en otros de otra, algunos tienen dedos gordos y otros delgados y largos, cada persona debería tener una técnica ligeramente distinta. Cuando lea un autor que dice: "esta es la manera de hacerlo ya que funciona para mi", sabrá que no sabe de lo que está hablando en lo que usted respecta. Simplemente funciona para él.

¿Por qué no sale ahora mismo con su compañero y tiran alternativamente mientras el otro lo observa desde detrás para corregir la alineación de la cuerda?. Con ello conseguirá ser un mejor arquero tradicional.



Dan Quillian es miembro activo de la "Southeastern Outdoor Press Association" y del "Outdoor Writer's Association" de America. Dan ha captado y ayudado a miles de arqueros cazadores en sus Seminars y cursos, tanto nacionales como internacionales. Es dueño de una tienda de deportes y de arquería y posee su propio campo de tiro.

Dan ha producido un video didáctico y promocional sobre el arco tradicional y su uso.

**CUSTOM FEATHERS**  
 by  
**GATEWAY**

***EVENLY cut BASES***

**VIBRANT Solids**  
**AFFORDABLE**  
**BARRED**  
**Exclusive CAMO**

**HUNTING SHAPES**  
**TARGET**  
**50 & 100 PACKAGES**  
**SIZES**

**WATERPROOFING POWDER**

**The GATEWAY to SUCCESS**  
 is at  
***www.gatewayfeathers.com***

**Gateway Feathers**  
**Phone (520) 805-0863**  
**Fax (520) 364-6633**