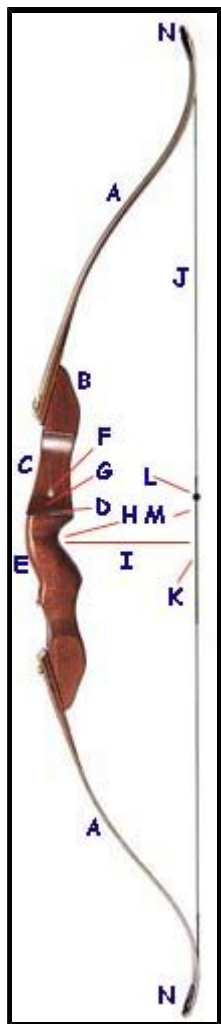


## El recurvado de iniciación

El arco que utilizaremos para iniciarnos en el deporte del tiro con arco, es de sencilla concepción, aunque esta sencillez no debe confundirse con simplicidad a la hora de su utilización.

### PARTES DE UN ARCO RECURVADO:



- A - Palas o flexores.
- B - Cuerpo o puente.
- C - Ventana.
- D - Plataforma.
- E - Grip o empuñadura.
- F - Orificio para botón de presión.
- G - Reposaflechas.
- H - Punto de perno.
- I - Distancia arco cuerda (fistmele).
- J - Cuerda.
- K - Serving.
- L - Nocking Point o Nock Stop.
- M - Punto de enfleche.
- N - Tips

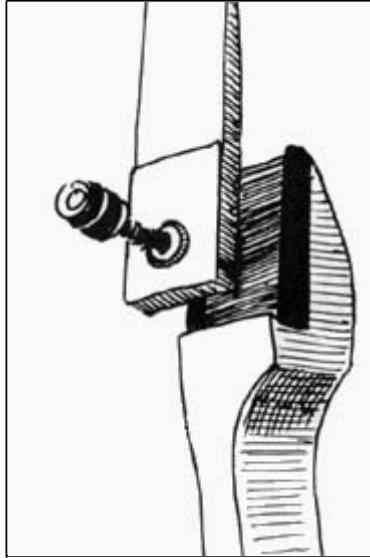
### MONTEMOS NUESTRO ARCO DE INICIACION:

Una vez que hemos tomado contacto con las diferentes partes de un arco, procederemos a su montaje.

La mayoría de arcos de iniciación son desmontables (takedown), apreciaremos que el arco viene dividido en tres partes: las dos palas y el cuerpo. Situaremos las palas en el cuerpo de la siguiente forma:

La pala inferior la reconoceremos por encontrarse impresos en la parte interior de la misma, una serie de cifras que indican la potencia del arco a una apertura determinada (que suele ser 28 pulgadas, a mayor apertura mayor potencia); y la longitud del arco, es decir la distancia entre los tips. Se colocará en la "cuna" o base destinada en la parte inferior del cuerpo, de forma que quede la punta recurvada de la pala hacia delante, e

introduciremos el tornillo apretándolo con la mano.

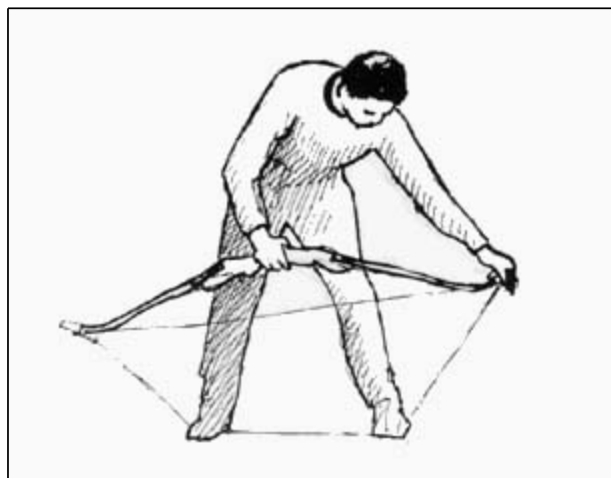


Realizaremos la misma operación con la pala superior. Una vez puestas las palas, apretaremos algo más fuerte los tornillos para una mejor sujeción.

Parte importante del arco, es la cuerda, Esta se confecciona a base de hilos y estos de diferentes materiales tales como: Dacrón, Fast flight, que son los más usuales y Dynema, aunque también en la historia reciente del arco se ha utilizado Vectra y otros materiales, buscando siempre por el arquero la que cuente con una elasticidad más cercana a "0". Las cuerdas cuentan con un refuerzo de hilo más fuerte en los extremos, en las llamadas "gazas" y en el centro de la cuerda recibiendo el nombre de "Serving".

Una vez colocadas ambas palas en el cuerpo, procederemos a la instalación de la cuerda del arco. Esta cuenta en cada uno de sus extremos con una gaza de diferente tamaño, que están destinadas a su enganche en los tips de las palas. Introduciremos la más ancha en la pala superior haciendola deslizar por ella, y engancharemos la gaza corta en la pala inferior alojándola convenientemente en el tip.

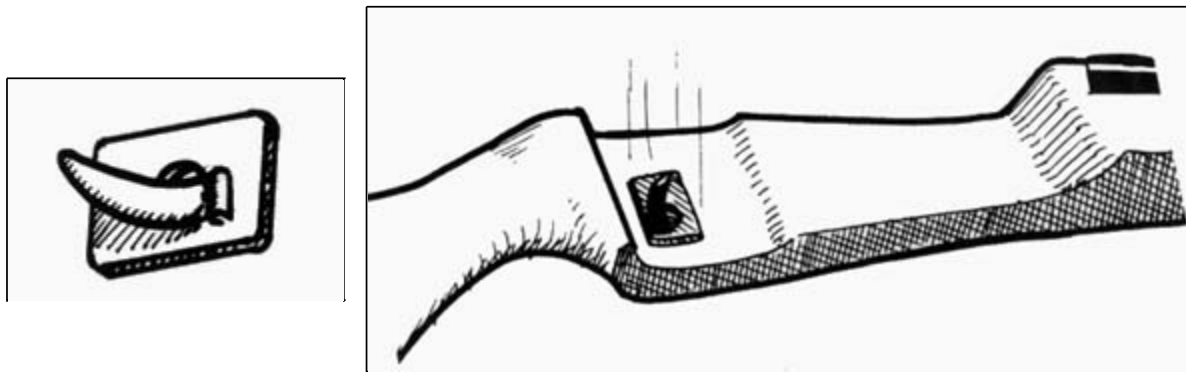
después, y con la ayuda de un montador, introduciremos la parte más corta en la pala superior, y la más larga en la inferior, tal y como se aprecia en el dibujo siguiente:



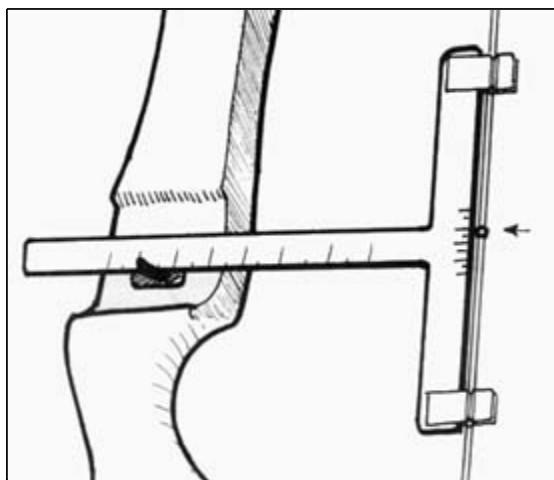
Pisaremos la cuerda del montador con ambos pies, separando uno de otro, tirando al mismo tiempo con una mano del cuerpo del arco hacia arriba. Con la otra mano haremos

llegar la gaza que quedó en la pala superior hasta su anclaje en el tip de la misma. Una vez que nos hemos asegurado que las dos gazas se encuentran perfectamente alojadas en los tips, retiraremos el montador y nuestro arco quedará montado.

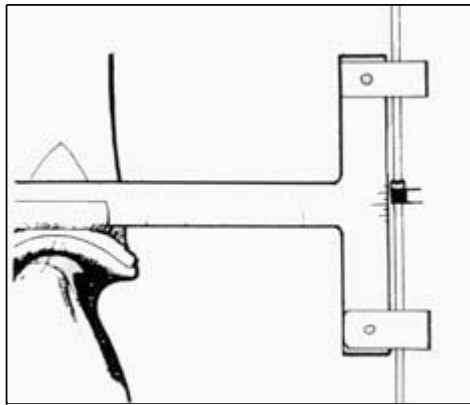
Tras estas operaciones procederemos a colocar el reposaflechas, que normalmente será de plástico con un adhesivo de doble cara. Para ello, una vez retirado el papel protector del adhesivo, haremos coincidir el orificio con el que el reposaflechas cuenta en una de sus caras, con el orificio del arco situado en la ventana del mismo, y destinado para el botón de presión, tal y como apreciamos en el siguiente dibujo:



Para poder seguir preparando nuestro arco, situaremos en su cuerda, y sobre el serving, los enganches de una regla fistmele. Se trata como veremos a continuación, de una regla generalmente de aluminio con forma de "T" y que tiene en su lado más largo una serie de divisiones en pulgadas y que cuenta con subdivisiones en cuartos de pulgada. En el lado corto tiene otras pequeñas indicaciones, esta vez en centímetros.



Una vez colocada la regla fistmele en la cuerda por los enganches del lado corto, situaremos el lado largo en el reposaflechas. Esto hará que la regla nos describa un ángulo recto entre el orificio del botón de presión y la cuerda.



Entre las indicaciones de 6 y 8 milímetros del lado corto, que recordemos está engarzado a la cuerda en su serving, se encontrará el "punto de encoque", esto es, el punto donde debemos colocar el culatín de la flecha para que esta quede en la posición correcta para poder efectuar el disparo. Este punto de encoque lo marcaremos con una arandela de metal que cuenta en su interior con un recubrimiento de goma llamado nock point, o nock stop (toma su nombre del ingles nock, que es como se conoce al culatín de la flecha). Con la ayuda de unos alicates especiales presionaremos sobre el nock point hasta que quede firmemente sujeto a la cuerda.



Con estas operaciones tendremos el arco centrado para poder realizar las primeras sueltas de flechas.

