

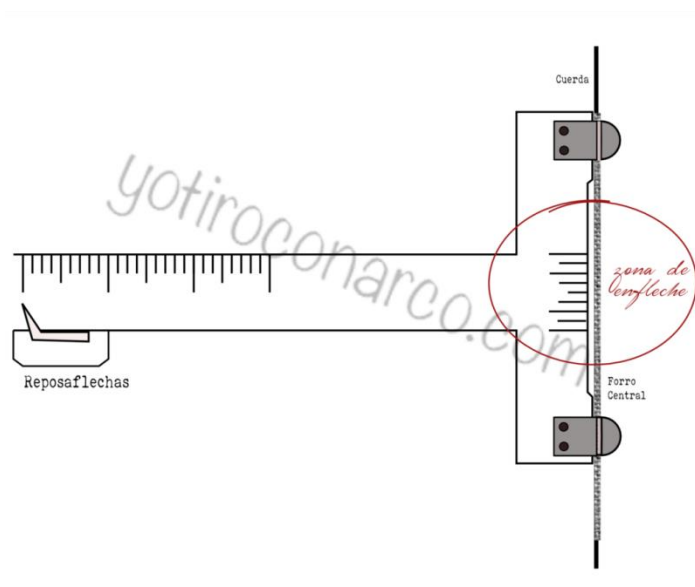
El Punto de Enfleche o Nock Point

Saber dónde colocar la flecha en nuestra cuerda es algo de importancia pero que con frecuencia olvidamos. Si bien es cierto que cada arquero tendrá unas preferencias y altura indicada para su tiro y su material, también es cierto que, al principio necesitaremos una serie de recomendaciones para situarlo en algún punto.

Por punto de enfleche o de encoque (*nock point* en inglés) entendemos el lugar de la cuerda donde situaremos el culatín de nuestra flecha para realizar el tiro y que, para tratar de realizar unos tiros siempre iguales será un punto concreto.

Ese punto podemos delimitarlo con lo que comunmente llamamos *nocks* y que en la reglamentación se denomina Localizadores de Culatín. Se trata de poner en nuestro forro central unos topes que mantengan el culatín en el punto exacto donde queremos que esté. Para esto podemos utilizar uno o dos de éstos localizadores. En el caso de poner uno solo, es recomendable poner el de arriba, ya que en el momento de tensión del arco y reducción del ángulo entre cuerda y flecha, se tiende a realizar más fuerza por debajo de la flecha, con lo que el culatín tiende a subir hacia arriba por la cuerda.

Una buena forma para saber dónde colocar el culatín de nuestra flecha es la de utilizar una regla fismelle para medir la altura de la flecha con respecto a la cuerda. En la parte corta de la regla tenemos la escala que utilizaremos para medir nuestro *nock point*.



Poniendo la cuerda en las pinzas del lado corto de la regla y apoyando el lado largo en el reposaflechas, veremos que nos quedan unas medidas en paralelo a la cuerda que son las que utilizaremos para delimitar nuestro punto de enfleche.

La importancia del punto de enfleche radica en que uno bajo puede hacer que la pluma, e incluso la flecha toque demasiado el reposaflechas produciendo un rebote, lo que alteraría el vuelo. Por otro lado, una gran altura nos daría una flecha que sale del arco hacia abajo, con lo

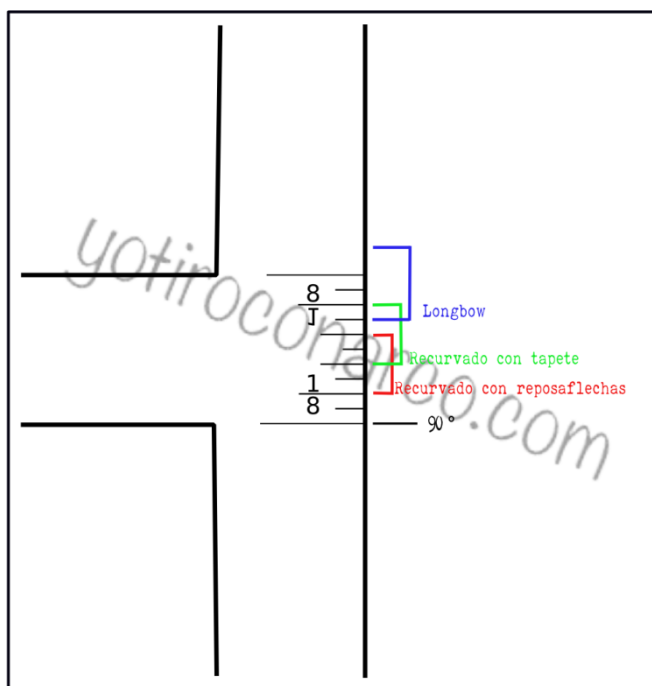
que, no solo partiría de una posición de salida en gran caída sino que, además, en un intento por estabilizar también podría chocar contra el reposaflechas o la ventana. De ahí encontrar un lugar en el que la flecha abandone el arco lo más limpiamente posible.

Cada arquero tiene que encontrar su mejor punto de enfleche, y esto dependerá de muchos matices que, además, varían a lo largo de la práctica de nuestro deporte. Tipo de flecha, tipo de arco, tipo de reposaflechas, cuerda, anclaje, potencia,... Son factores que influyen en la elección de una altura u otra del punto de enfleche. Pero también es cierto que existen una serie de márgenes generales que podemos utilizar para comenzar a tirar y desde los que tratar de encontrar la altura que mejor nos funciona.

En general los arcos con reposaflechas pueden tirar con una altura menor, en ocasiones cercana a los 90°. En cambio los arcos que utilizan la ventana para apoyar la flecha necesitan mayor altura, que les dará un mayor margen de salida permitiéndoles no tocar tanto el arco como para que altere excesivamente la salidad de la flecha.

A continuación se puede ver un diagrama con alturas de flecha que podrían servir como punto de partida:

Usando estos rangos las flechas vuelan bien, pero si observamos que hacen movimientos extraños (oscilaciones arriba-abajo) puede que sea por la colocación del nock. Como todo en esta práctica descartaremos que se trate de defectos en nuestra técnica, y una vez descartados los mismos, podemos proceder a retocar nuestro punto de enfleche. Como pruebas de ajuste del nock podemos utilizar la Prueba del Papel y la Prueba de la Flecha Desnuda, aunque siendo arquero



Rangos de colocación del nock

novel recomendamos no obsesionarse con el ajuste del nock, solo cuando se lleve un tiempo tirando y con una técnica definida se pueden apreciar ajustes finos.

Por otro lado, ¿qué podemos usar para localizar nuestro punto de enfleche?

El punto de enfleche se suele marcar con unos nocks metálicos forrados con goma en su interior o con nocks de hilo (generalmente se usa seda dental que da buenos resultados en cuestión de agarre).

Las ventajas y desventajas de ambos tipos:

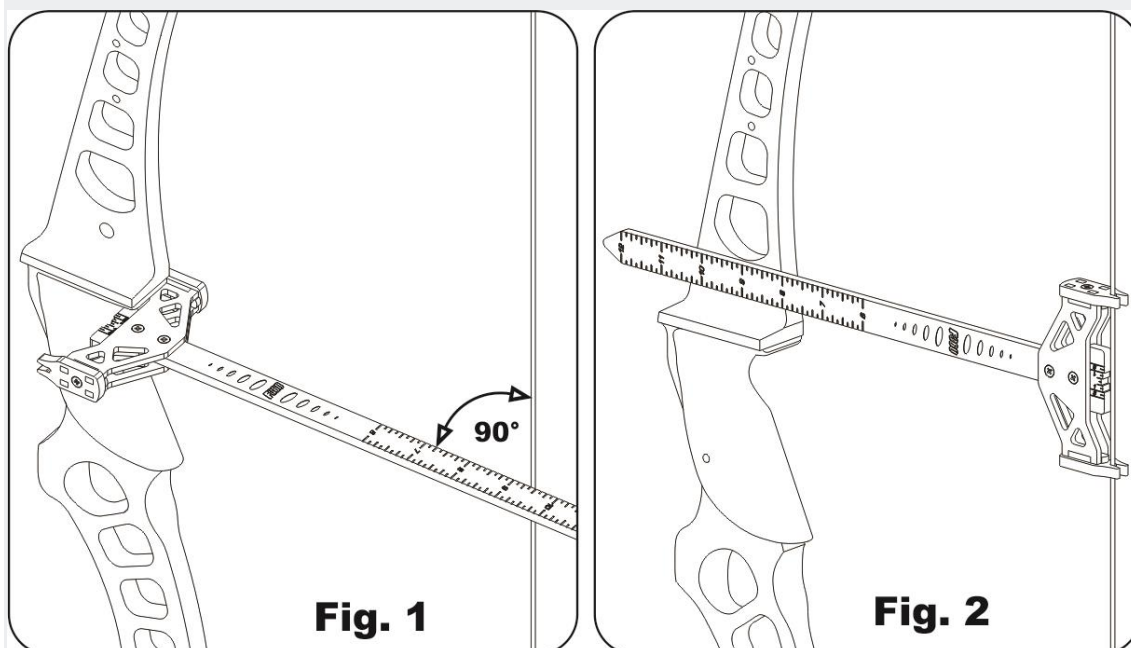
Los nocks metálicos hay que ponerlos con unas alicates especiales, y si no los fijamos bien corremos el riesgo de que se nos desplacen e incluso de que en un momento de suelta salgan despedidos. Pese a esto, en ocasiones se siguen recomendando a los arqueros noveles ya que mover este nock es más sencillo, y con potencias bajas no hay tanto riesgo.

Los nocks de hilo se suelen hacer con seda dental, hilo de forros o con hilo especial para nocks, aunque se podría usar cualquier hilo. Se trata de unos nocks con los que no corremos el riesgo de que salgan disparados y hechos correctamente son muy fiables. Pero necesitaremos un poco de práctica para realizarlos y para cambiarlos de sitio tendremos que cortar los hilos y volver a hacer el nock entero.

COMO USAR UNA REGLA DE ARCO

Uso de la Regla de Arco ISO-BS

La regla de arco, también conocida como Regla "T", permite la medición de algunas variables del arco que son necesarias a la hora de dejar nuestro equipo listo para poder realizar disparos. Estas variables no son exactas, y sus medidas finales se obtienen por experimentación, aunque algunas de ellas conviene verificarlas con el fabricante del arco (en el caso del Brace-Height). Su uso es casi indispensable, ya que nos permite dejar nuestro equipo "calibrado" dentro de los parámetros que hemos ajustado, cada vez que se arma el mismo.



Regla de Arco ISO-BS

1 – Medición de Brace-Height (BH)

Se entiende como Brace-Height (BH) a la distancia de apertura en reposo que tiene el arco una vez armado. Existen 2 métodos de verificación. El primer método es colocando la base de la regla sobre el grip del arco (Fig. 1), y ubicando la regla a 90° con respecto a la cuerda del arco. El segundo método es colocar la base de la regla con los clips en la cuerda (el mismo método que para ubicar los Nocking-Point) y apoyarlo sobre el rest, la medida se lee en el centro del button (Fig. 2).

Hay que tener en cuenta que la medida de Brace-Height afecta la posición de los Nocking-Point.

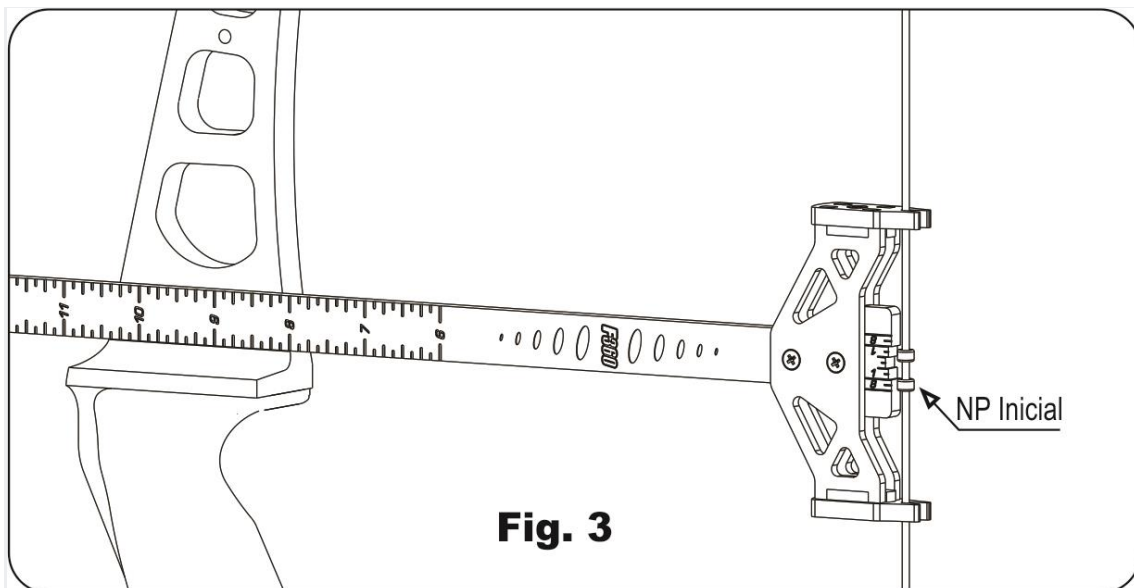


Fig. 3

Regla de Arco ISO-BS

2- Medición de Nocking-Point (NP).

La medición del Nocking-Point nos permite colocar los “nudos” donde va a estar posicionada la flecha en la cuerda. En el caso de los arcos recurvados, la medida que se toma para la base del nudo inferior (este es el primer nudo que se coloca en la cuerda) es aproximadamente a 1/8 de pulgada (aprox. 3 mm) por encima del ángulo de 90° (relación cuerda/regla) (Fig. 3), aunque también se utiliza la diferencia de Tiller superior e inferior como norma general para una calibración inicial.

3-Medición de Tilling

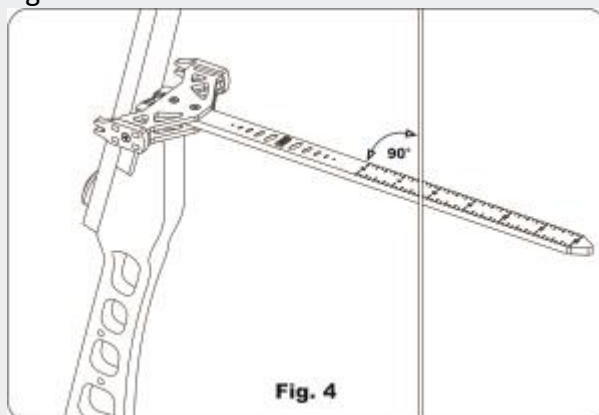


Fig. 4

Regla de Arco ISO-BS

El Tiller es la diferencia de apertura entre la pala superior y la pala inferior. No hay especificaciones exactas de cuál es la medida adecuada, por lo que el arquero puede optar por la referencia inicial de Tiller y de ahí ir experimentando con la calibración para lograr los mejores resultados.

En un recurvado se establece como punto de partida un Tiller Positivo, donde la diferencia en la pala superior es mayor que en la pala inferior. La cantidad de diferencia se establece como la medida inicial de Nocking-Point (1/8 de Pulgada que es aprox. 3 mm).

En este caso se ubica la base de la regla sobre el encastre del arco, y la extensión de la regla que quede a 90° con respecto a la cuerda (Fig. 4).