

Impugnatura e adattamento della freccia sulla corda dell'arco.

Fig. 1

UN ANTICO SPORT: IL TIRO DELL'ARCO

ESERCIZIO di destrezza per l'occhio e per la mano, esercizio che ha una linea classica e, quando è ben fatto, può accontentare anche un difficile esteta; ma presso gli antichi che, come il giavellotto, l'usavano come arma, era tenuto in poco pregio. Nei Giochi Olimpici non era compreso. Perché? Si dice

perché era un'arma insidiosa che sopprimeva la lotta a faccia a faccia, quella lotta ch'era una esaltazione del coraggio personale, ed il guerriero greco o troiano aveva per l'arco e per l'arciere un sovrano disprezzo, quello medesimo che sentirono i prodi cavalieri del Medioevo per le armi da fuoco dei primi tempi.

E' celebre l'invettiva di Diomede a Paride figlio di Priamo, il quale gli aveva scagliato una freccia nascosto dietro una colonna (*Iliade* - libro XI): « Miserabile arciere che meni vanto... » ecc., ecc. « Gli strali di un guerriero senza forza e senza coraggio non fanno alcun male, ma non avviene lo stesso dei giavellotti scagliati dalla mia mano », ecc., ecc.

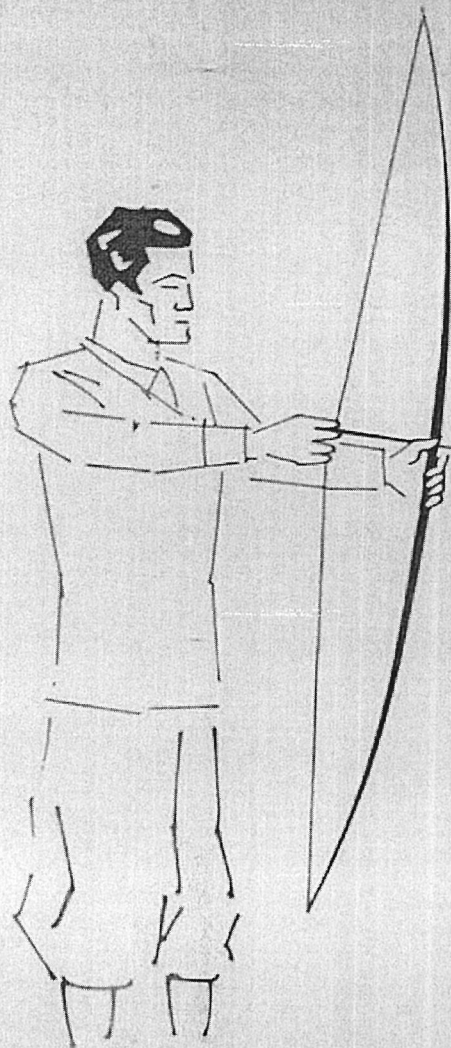
L'arco, come la fionda, era un'arma originaria dall'Asia; quasi tutte le schiere che formavano l'esercito di Serse ai tempi dell'invasione della Grecia, erano provviste di arco. Tra i popoli dell'antichità stimati più abili nel tiro dell'arco erano gli Sciti, i Parti, i Persiani, i Cretesi e i Macedoni. Gli Sciti specialmente, al dire di Platone, erano

Un antico sport, caduto in disuso, che fu anche arte di guerra, è il tiro dell'arco, le cui origini vengono rievocate da Emilio Brambilla, appassionato cultore e volgarizzatore di ogni sana disciplina atletica.

tiratori destri e sinistri abilissimi i quali insegnarono a molti altri popoli. I re di Media avevano per maestri degli arcieri Sciti. Fra i persiani viveva a quei tempi una legge, la quale ordinava che si dovessero insegnare ai fanciulli da cinque ai 20 anni tre cose: 1) Cavalcare; 2) Tirar bene l'arco; 3) Non dir mai menzogna.

L'arco greco differiva di forma e di peso dall'arco asiatico, tanto che, a quanto viene affermato nell'*Odissea*, il maneggio dell'arco greco richiedeva una forza non comune. Nessun pretendente alla mano di Penelope fu capace di tender l'arco di Ulisse. Eppure n'era premio la mano della bella tessitrice! I Romani non consideravano l'arco come un'arma nazionale; gli arcieri che servivano nelle loro milizie erano dei mercenari; Domiziano, del quale si dice che non fosse molto amante di armi e di guerra, prendeva diletto al tiro dell'arco, tanto da esserne un tiratore eccezionale. Erodiano dice dell'imperatore Commodo, al quale i Parti e i Mauri avevano insegnato a tirare l'arco e il giavellotto, meraviglie. Nei giuochi pubblici diede prova della sua abilità ammazzando con l'arco le bestie inoffensive e col giavellotto tutte le bestie feroci introdotte nel Circo Massimo, senza sbagliarne una. Non prendeva mai la mira due volte perché tutti i suoi colpi erano mortali.

Vegezio dice che gli arcieri dell'antichità scagliavano



Preparazione alla tensione ed al tiro.
Fig. 2

le loro frecce ad una distanza di 574 piedi (m. 172,2) e si pretende che con quel leggero, sibilante proiettile, essi facessero più strage nelle file nemiche che non ne avessero fatto le armi da fuoco nei primi tempi della loro invenzione. Nella battaglia di Lepanto (1571) i Turchi uccisero più Cristiani con le loro frecce che i Cristiani non uccidessero Turchi con le loro armi da fuoco.

L'arco ha servito a tutti i popoli barbari o civili, selvaggi o naturalizzati, e dell'arco sono piene le storie di tutti i paesi, perchè, in tutte le epoche, è stata l'arma classica, dai Greci dell'impero di Oriente ai Crociati chiamati dagli storici greci di quel tempo, « i barbari d'occidente »; dall'eroe prediletto dalle ballate inglesi *Robin Hood*, ai Sassoni, ai Normanni, giù giù sino all'invenzione della balestra la quale pare abbia fatto la sua prima apparizione uccidendo Riccardo Cuor di Leone all'assedio del castello di Chalus, il 26 marzo 1011, quella balestra che diede motivo alla classica e conosciuta leggenda di Guglielmo Tell.

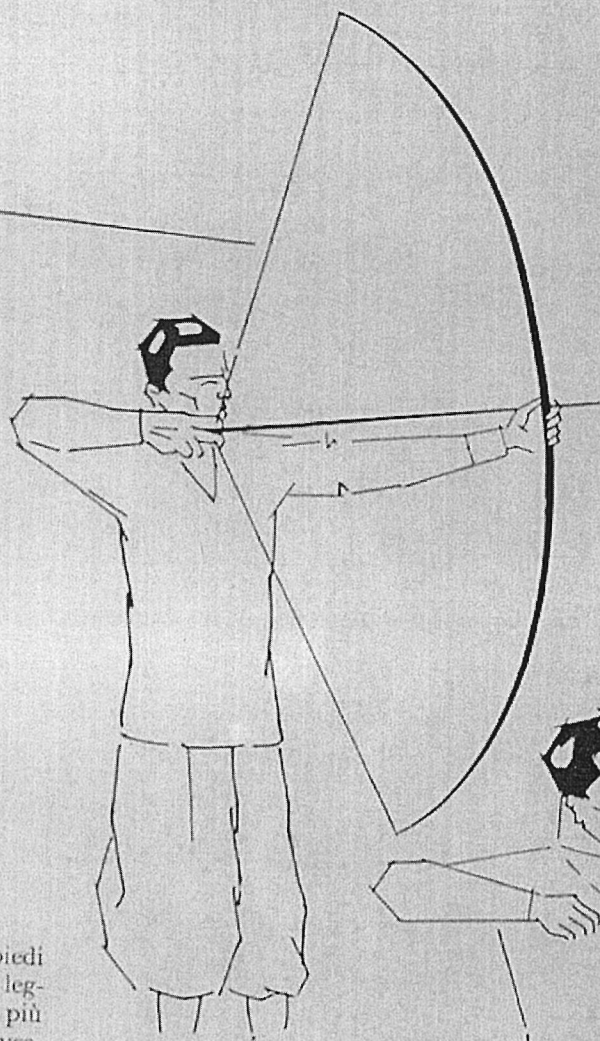
Come nei nostri tempi con le armi da fuoco abbiamo dei tiratori capaci di grandi prodezze, anche dei tempi dell'arco si raccontano meraviglie.

Noi qui riprodurremo a titolo di curiosità, qualcuna storica e qualcuna tra le più verosimiglianti. Filippo il Macedone, padre di Alessandro il Grande, era guercio per una freccia scoccatagli da un arciero di Anfiboli che si vantava d'essere abilissimo nel maneggio dell'arco, per vendicarsi dell'affronto di non averlo voluto accettare fra i suoi soldati. All'assedio della città di Metone, Astero, così si chiamava l'arciero, dall'alto dei baluardi, un giorno

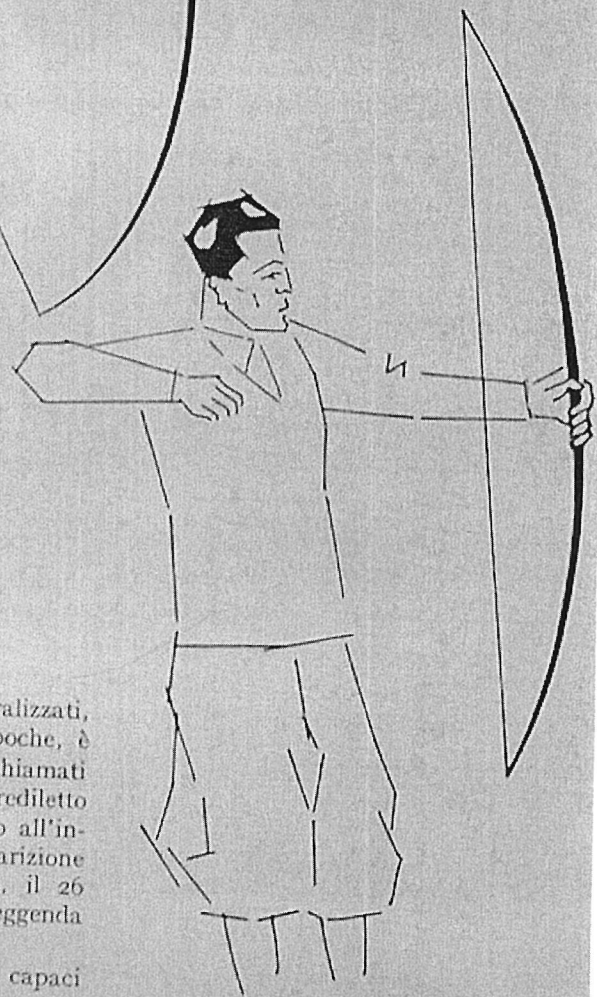
che Filippo si avanzava alla testa di un corpo delle sue milizie verso una delle porte di città, gli scoccò una freccia recante queste parole: — *All'occhio destro di Filippo.* —

Domiziano, ultimo dei Cesari, era un abilissimo tiratore d'arco. Oltre ad abbattere gli animali, infiggendo le frecce sul capo della bestia, una a destra e l'altra a sinistra, come due corna naturali, collocava un fanciullo ad una certa distanza con la mano destra levata in aria e con le dita allargate; era tanta la sua maestria e la sicurezza del suo occhio, che le frecce passavano fra le dita senza nemmeno sfiorare la pelle.

Gli arcieri delle Crociate scagliavano le frecce con tanto vigore, che trapassavano gli scudi meglio costruiti e si conficcavano per intero nei baluardi del-

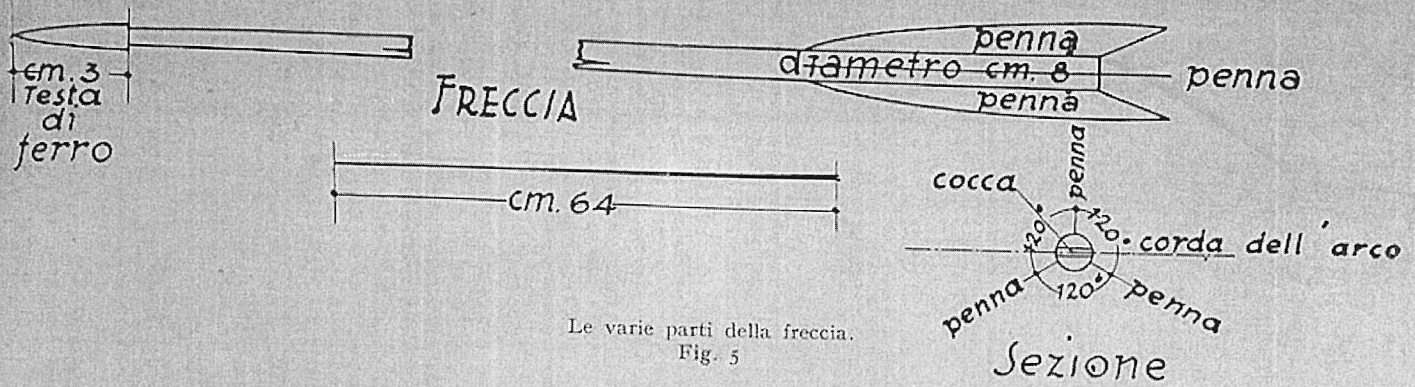


Tensione dell'arco
Fig. 3.



A tiro scoccato.
Fig. 4

la città. Per tendere i loro archi si coricavano supini e appoggiando i piedi contro il legno dell'arco, tiravano la corda fino agli occhi, ed in questa



Le varie parti della freccia.
Fig. 5

singolare posizione scoccavano la loro freccia micidiale. Nello stesso modo anche certi popoli selvaggi, specialmente Indiani del Brasile, chiamati « Cablocos », scoccavano le loro frecce con una destrezza meravigliosa, tanto che per mostrare la loro abilità arrivavano a tirare ad un uccello-mosca, accontentandosi di sfiorargli l'estremità della coda. (Dido 1813-1821, *Viaggio nel Brasile*).

Nel medio evo era famoso in Inghilterra l'arciere Robin Hood, il quale pur essendo un *outlaw* (fuori legge), pure per il suo cuore e le sue prodezze divenne l'eroe prediletto delle ballate inglesi e vive tutt'ora nella memoria del popolo.

Gli arcieri della provincia di Cornovaglia andavano famosi per la loro destrezza: si servivano di frecce di un braccio di lunghezza che lanciavano fino alla distanza di 24 volte 20 passi trapassando ancora un'armatura di tempra ordinaria. La storia di Cornovaglia (*Survey of Cornwall* 1602) parla di un certo Roberto Arundell che tirava con la mano destra e la sinistra anche dietro la testa.

Gli arcieri antichi tiravano a tali distanze: sono gli storici dei loro tempi che ce le tramandarono e che, confrontate con quelle che oggi raggiunge un ottimo specialista anche tirando a bersaglio libero sembrano favolose. Eppure Enrico VII, con una speciale ordinanza, prescriveva che i giovani che raggiungevano i 25 anni dovevano esercitarsi al tiro dell'arco alla distanza di non meno di 220 yards pari a m. 201 circa.

Dopo il perfezionamento delle armi da fuoco, ciò che risale al XVI secolo, l'arco non rimase e lo è tutt'ora, che presso i popoli selvaggi semi-barbari. Rimase in Europa come un gioco dilettevole e sportivo. Gli inglesi furono, e sono ancora oggidì, appassionati e abilissimi arcieri, e molti dei loro sovrani non lo furono meno per il tiro dell'arco. Si citano a proposito Enrico VI, Enrico VII e i suoi figli, suo fratello che fu più tardi Enrico VIII, diventarono arcieri provetti. La regina Caterina (1676) moglie di Carlo II, si esercitava al tiro dell'arco ed era patrona della Società degli arcieri di Londra. La stessa regina Vittoria nella sua gioventù ed al principio del suo regno, seguì fedelmente la tradizione dei suoi antenati.

Buoni e numerosi cultori del tiro con l'arco si trovano in Olanda, Belgio e specialmente in Francia. La nostra vicina conta il più gran numero di adepti; sono circa 900 società an-

tichissime, delle quali più di un centinaio hanno da una a tre secoli di esistenza (attestati da documenti interessantissimi) sparse in tutte le provincie, con un totale di 25.000 arcieri.

Sono per lo più agricoltori, artigiani, impiegati, eserciti e piccoli borghesi i quali si danno al loro sport favorito senza rumore, tanto che l'eco dei loro raduni, gare e campionati, non varca quasi mai i confini delle loro provincie. Fra gli arcieri di Francia regna un vivo ed assoluto sentimento di disciplina, un forte spirito di cameratismo e di fraternità e vengono conservate intatte le tradizioni e le cortesi usanze.

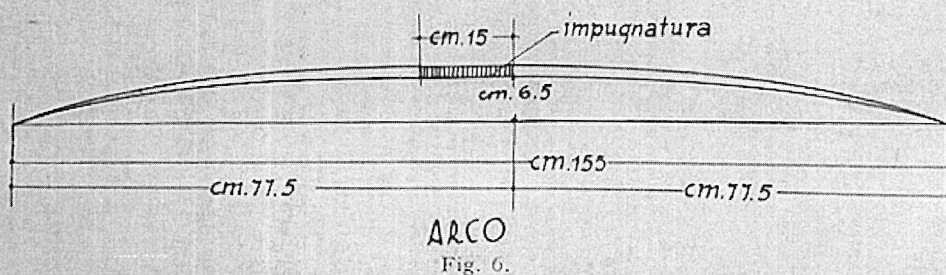
In Italia non ci risulta che vi siano state associazioni speciali coltivanti il tiro dell'arco, ma solo apparizioni sporadiche in feste sportive o ginnastiche, in gare riservate al sesso debole. Mentre negli altri paesi son gli uomini che generalmente si occupano di tale esercizio, da noi, chissà perchè, lo si ritiene una ricreazione femminile come il diavolo, il cerchio od il salto con la corda.

Eppure questo sport che viene praticato all'aria libera, fatto con le debite misure di prudenza e di sicurezza, costituisce un esercizio sano e completo e noi ci auguriamo di trovare un moderno Pericle che ne canti le lodi per introdurlo e diffonderlo fra i numerosi sportivi dell'Italia nuova.

L'arco.

L'attrezzo consiste in un arco di legno, unito dal suo lato arrotondato da una corda di canapa ritorta. Gli inglesi usano archi semplici (*self bows*) e composti (*backed bows*), i quali ultimi consistono in due strisce incollate di legni differenti o anche di tre strati (*theer piece bows*). I francesi adoperano talora archi smontabili in tre pezzi, che sono molto pesanti. I legni impiegati per la costruzione dell'arco sono: olmo, tasso, cedro, e legno di serpente (*Sriyonos serpentina*).

La lunghezza dell'arco deve corrispondere circa alla distanza fra gli apici delle dita a braccia in fuori. Il segmento mediano dell'arco, dove impugna la mano sinistra, non è esattamente a metà della lunghezza dell'arco, ma alquanto al disotto, in modo che il punto mediano viene a trovarsi vicino al pollice della mano sinistra. Da questo punto me-



ARCO
Fig. 6.

diano l'arco deve essere tanto verso l'alto che verso il basso, ingrossante e rigido per circa 15 centimetri. Più in là le due braccia dell'arco si assottigliano gradatamente.

La forza dell'arco si misura secondo il peso che è necessario per tenderlo ed in proporzione alla lunghezza della freccia. L'arco viene appeso a un gancio alla sua corda, che è in posizione orizzontale, si appende una bilancia di peso già noto, da caricarsi con tanti pesi quanti sono necessari perchè la distanza fra il centro della corda e quello dell'arco sia di circa centimetri 66, corrispondenti alla media lunghezza delle frecce. Questo peso di tensione dell'arco, è sempre segnato sugli archi inglesi in libbre (di 450 grammi); per esempio il numero 45 marcato sull'arco significa che è necessario un peso di 45 libbre per i maschi e di 24 per le femmine. Per i giovinetti è opportuno, naturalmente, un peso di tensione ancor minore.

Le frecce.

Le frecce (fig. 5) adoperate dagli inglesi sono costruite con vari strati alternati di legno duro e leggero, come nelle stecche da bigliardo; ma sono ottime anche le frecce di semplice frassino, ricavate da una bacchetta di 8 mm. di diametro, lunga cm. 68-70 per i maschi e cm. 64-65 per le femmine. Il peso deve essere uguale per tutte le frecce adoperate da uno stesso tiratore, poichè un sol grammo di differenza influisce notevolmente sulla traiettoria della freccia. Perciò le bacchette vengono assottigliate verso l'estremità superiore in modo che pesino 29 grammi per i maschi e 26 per le femmine.

La punta della freccia è di solito coperta del mantello d'un proiettile d'acciaio, con punta conica, lungo circa tre centimetri, nell'interno del quale viene posto un po' di piombo. All'estremità inferiore della freccia vi è una intaccatura — la cocca — per adattarla alla corda dell'arco. All'ingiro del calcio sono infisse tre penne con un rapporto angolare di 120° fra loro: due del medesimo colore, la terza di un colore diverso. Quest'ultima deve essere ad angolo retto con la cocca, e viene adattata all'arco, la terza penna sarà in fuori rispetto all'arco stesso. E' importante che i tre pezzi di penna (di pavone, di aquila, di oca grigia) di ogni freccia provengano possibilmente da penna unica perchè dopo incollati sulla bacchetta formino una spirale uniforme, ciò che favorisce la regolare traiettoria della freccia durante il volo.

Gli accessori

Come accessori del tiro con l'arco vengono adoperati: un manicotto di cuoio (alto circa 15 cm. per proteggere il terzo inferiore dell'avambraccio dalle vibrazioni della corda, e un guanto di cuoio per le dita che tengono l'arco. Nel Belgio si usa anche avvolgere con cotone la parte della corda che viene afferrata dalle dita della mano destra; invece gli inglesi hanno speciali coperture di cuoio (*tips*) per le singole dita. Eventualmente si può adoperare anche un semplice pezzo di legno duro con una scanalatura nel mezzo.

Il bersaglio.

Il bersaglio (fig. 7) è costituito per lo più da un disco di paglia coperto di tela colorata e collocato su un trepiede.

I bersagli comuni hanno normalmente un diametro di cm. 120, il cui centro, che ha 24 cm. di diametro, è circondato da altre quattro fasce incolori. Gli inglesi usano

dipingere il centro in color rosa, le altre circonferenze in rosso, azzurro, nero e bianco.

Nelle gare inglesi la valutazione dei punti avviene nel modo seguente: anello bianco (esterno) 1 punto; nero 3 punti; azzurro 5 punti; rosso 7 punti; oro (centro) 9 punti. Le frecce che non rimangono conficcate nel bersaglio sono nulle. Se la freccia colpisce il bordo fra due circonferenze, viene computato il valore della circonferenza superiore.

Gli inglesi disputano di solito le gare sociali con sei frecce per ciascun tiratore; i maschi tirano da 60, 80 e 100 yards (1 yard=metri 0,914), le donne da 50 a 60 yards. Nelle gare nazionali i maschi tirano 72 frecce da 100 yards, 48 da 80 yards e 24 da 60 yards, le donne 48 frecce da 60 yards e 24 da 50 yards.

In Francia e nel Belgio viene adoperato solitamente un bersaglio di 75 cm. di diametro alla distanza di 125 yards.

Come norma generale, si ritiene che un tiratore discreto debba colpire sempre il bersaglio quando il diametro dello stesso è di tanti centimetri quanti sono i passi della sua distanza dalla linea di tiro.

Adattamento della freccia sulla corda.

La posizione fondamentale sulla linea di tiro è la seguente: gambe divaricate infuori, talloni a terra sulla linea retta in direzione del centro del bersaglio, fianco sinistro rivolto verso la metà (distanza tra i talloni: 25 cm. se il bersaglio è di 40 metri; alquanto meno se esso è più vicino, il massimo 60 cm. se più lontano).

L'arco viene impugnato con la mano sinistra e tenuto alquanto obliquo dinanzi al corpo (fig. 1). La freccia viene collocata con l'estremità superiore sul lato sinistro dell'arco, al disopra della prima falange dell'indice sinistro, mentre il pollice e l'indice della mano destra stringono il calcio della freccia e adattano la cocca alla corda, in modo che la freccia sia ad angolo retto con la corda stessa. Poi si afferra la corda con la falangetta dell'indice destro al disopra del calcio della freccia e con il medio e l'anulare al disotto del calcio stesso, risultando così la freccia leggermente trattenuta fra le dita.

Posizione del tiro.

Rimanendo così fermi senza ruotare il bacino, si porta l'arco in posizione verticale col braccio sinistro teso in fuori in direzione del bersaglio senza flettere il polso (figura 2). Il dorso viene leggermente arcuato, torace prominente. La freccia deve essere disposta in modo che l'occhio destro la veda diretta esattamente verso il bersaglio. La mano sinistra, la freccia, l'avambraccio, il gomito e le mani destra devono trovarsi nello stesso piano. Secondo le circostanze la freccia ha più o meno un rapporto angolare col piano orizzontale. Se il bersaglio è molto vicino, la punta della freccia verrà diretta un po' in basso; se molto lontano, un po' in alto.

La tensione dell'arco.

Mentre lo sguardo rimane sempre rivolto alla metà, si eseguisce con la mano destra la tensione dell'arco (figura 3). Questa tensione viene considerata corrispondente quando, tirando verso indietro la corda, il suo punto mediano — dove vi è la cocca della freccia — ha percorso una distanza di circa 18 cm. per gli archi maschili e di circa 16 cm. per quelli femminili, dalla posizione normale

a quella di angolo ottuso. In media si può dire che la tensione dell'arco è di circa $1/4$ della lunghezza della freccia.

E' importantissima una razionale tensione dell'arco, per imprimere alla freccia la massima velocità e precisione di tiro.

Durante la tensione si deve evitare di estendere rigidamente il braccio sinistro che regge l'arco, per non provocare uno spostamento della freccia verso sinistra; anzi il braccio deve rimanere leggermente flessibile allo scopo di potere, al momento in cui scoccherà la freccia, eseguire l'energica contrazione di cui verrà detto più innanzi; il corpo pure non rigido.

Il tiro.

Dopo aver eventualmente rettificata la mira — che si controlla con l'occhio destro senza chiudere il sinistro — si inspira e si trattiene il respiro sino allo scoccare della freccia. Il puntamento deve durare da 1 a 3 secondi. Poi la corda viene abbandonata dolcemente, lasciandola scivolare dalle dita senza effettuare alcun movimento col braccio e coll'avambraccio destro (fig. 4). Importante soprattutto è che la mano sinistra non si scosti, come ne avrebbe la tendenza, verso sinistra e in basso, ciò che si deve impedire con un'energica contrazione dei muscoli del braccio sinistro, della spalla e del petto.

Riassumendo: l'esercizio si può scomporre in cinque operazioni principali: piazzarsi, incoccare, tendere, mirare, scoccare.

Difetti di puntamento.

I falli nei tiri possono avvenire anche in seguito a difettoso puntamento della freccia. Bisogna tener presente

che, nel tiro con l'arco, la linea di mira ha un solo punto di riferimento, cioè la punta della freccia — che costituirebbe il mirino — mentre la posizione del calcio della freccia stessa non può essere controllata esattamente dall'occhio. Occorre quindi che una volta stabilita la posizione della mano destra corrispondente alla distanza del bersaglio e più adatta all'arco usato, in tutti i tiri eseguiti alla medesima distanza tale posizione rimanga immutata. Generalmente si ammette che per distanze inferiori a 35 metri, si deve regolare l'angolo di inclinazione del tiro secondo l'intuito, senza punto di riferimento con l'estremità della freccia. A 45 metri si punta col mirino sul disco, a 50 metri circa si mira esattamente nel centro del bersaglio.

Il tiro dell'arco è un eccellente esercizio anche per sviluppare l'abitudine alla mira, poichè nel maneggio delicato di quest'arma primitiva sprovvista di fusto, grilletto, alzo e mirino, si impara a vincere molte difficoltà. Necessita un fine intuito del come deve svilupparsi la traiettoria e la deriva, e bisogna possedere braccia forti, un pugno solido, una robusta elasticità nelle due dita tiranti la corda ed infine una calma perfetta al momento di scoccare la freccia, perchè il minimo scarto alla partenza, allontana immediatamente la freccia dal bersaglio.

Il tiro dell'arco importa uno sforzo muscolare non indifferente; si calcola che tirando in un bersaglio posto a 50 metri di distanza (come si usa in Francia) l'arciere deve compiere ogni volta uno sforzo di sollevamento che parte dai 15 sino ai 25 kg. per tendere l'arco; moltiplichiamo questo sforzo per il numero delle frecce che ogni arciere ha a sua disposizione in una gara cioè 72 (12 serie di 6 frecce), poi si vedrà che l'esercizio è tutt'altro che un giuoco da signorine come da noi la maggioranza crede e sostiene.

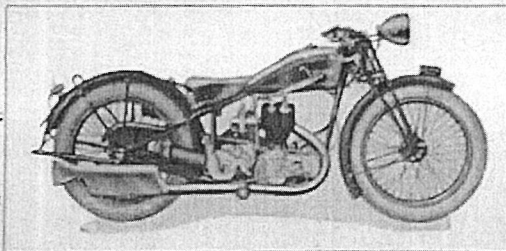
EMILIO BRAMBILLA

FABBRICA ITALIANA MOTOCICLI GILERA

ARCORE

(MILANO)

GIUSEPPE



GILERA

Telegrammi: Gilera-Arcore - Telefono: 52 - Vimercate - C. P. E. Milano 68713