

SETTORE GIOVANILE



IL TIRO E LE SUE CARATTERISTICHE

Cos' è il tiro a volo

Il tiro a volo, disciplina sportiva di destrezza e di elevati contenuti tecnici, è uno sport formativo che si pratica all'aria aperta in ambiente naturale

GLI IMPIANTI

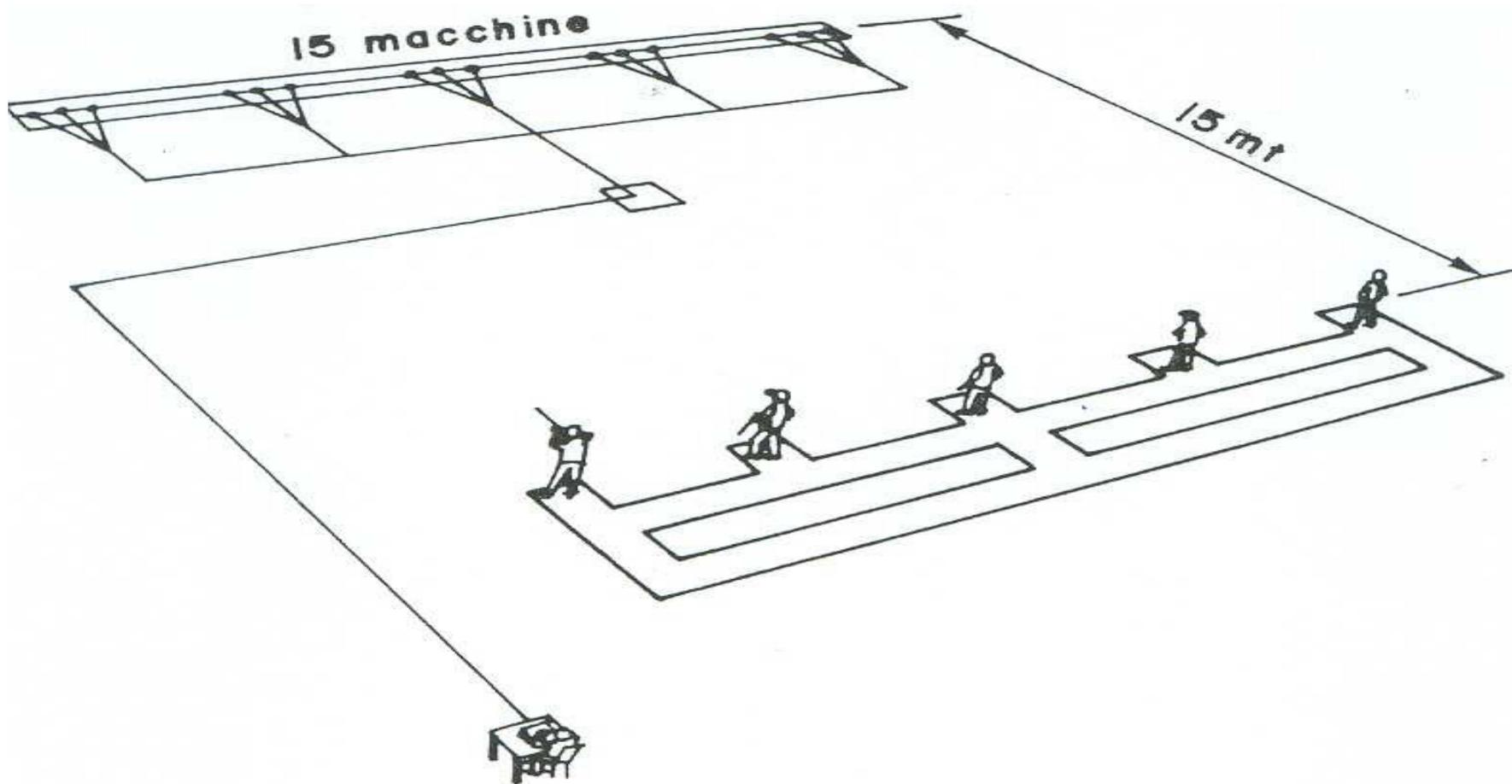
Fossa Olimpica: • 15 macchine disposte a gruppi di 3

- la distanza fra le macchine centrali di ogni gruppo può variare da 3 a 6 metri (normalmente 4) mentre la distanza che separa una macchina dall'altra di ciascun gruppo deve essere di circa mt. 1
- Parte superiore del tetto della buca deve trovarsi allo stesso livello delle pedane di tiro.



GLI IMPIANTI

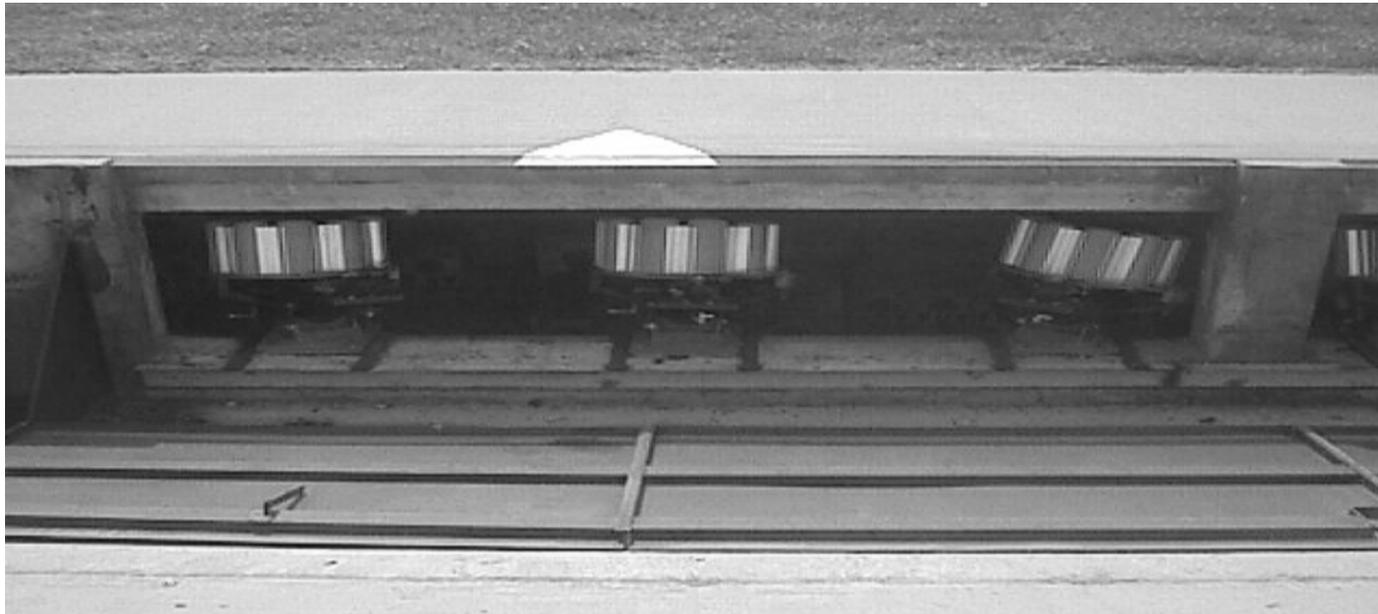
Fossa Olimpica:



GLI IMPIANTI

Fossa Olimpica:

La posizione della macchina centrale di ogni gruppo, deve essere indicata da una linea colorata o da altro segno **NON IN RILIEVO** posto sul tetto della fossa, nettamente visibile al tiratore in pedana.



Gli schemi di lancio



Gruppo	Numero della macchina	Direzione della traiettoria espressa in gradi	Elevazione della traiettoria a 10 m. dalla macchina	Lunghezza della traiettoria sul livello del suolo (tolleranza + o - 5 metri)
1	1	25 a destra	m. 2	m. 72
	2	5 a sinistra	m. 3	m.75
	3	35 a sinistra	m. 1.50	m.70
2	4	20 a destra	m. 2.50	m. 72
	5	10 a destra	m. 1.80	m.75
	6	35 a sinistra	m. 3	m.75
3	7	35 a destra	m. 3.20	m. 75
	8	5 a sinistra	m. 1.50	m.70
	9	45 a sinistra	m. 1.60	m.72
4	10	40 a destra	m. 1.50	m. 70
	11	0	m. 3.30	m.75
	12	25 a sinistra	m. 2.60	m.72
5	13	45 a destra	m. 2.40	m. 75
	14	5 a destra	m. 1.90	m.72
	15	35 a sinistra	m. 3.50	m.72

LE ATTREZZATURE



IL FUCILE



è il nostro **ATTREZZO SPORTIVO**: ne esistono di varie marche e modelli ma ogni atleta ha il “**suo**” che cura, custodisce, coccola, ama ed in alcuni momenti odia ma è il mezzo che realizza i suoi sogni

LE ATTREZZATURE



LE CARTUCCE



colorate e variopinte, possono essere preparate con vari materiali e caricate con diverso diametro di piombo a seconda della disciplina ma tutte comunque obbligatoriamente del peso di 24 o 28 grammi.

LE ATTREZZATURE



L'ABBIGLIAMENTO TECNICO



Il giubbino, la maglietta, la felpa, il cappello, il k-way e le scarpe, sono tutti elementi **STRETTAMENTE PERSONALI** che non dovrebbero mai mancare sia in allenamento che in gara

LE ATTREZZATURE



LE CUFFIE



oggi obbligatorie nelle manifestazioni del settore giovanile, atte a proteggere il nostro udito, sono di varie forme e, considerati i costi relativamente contenuti, è consigliabile l'utilizzo di materiali di elevata qualità

LE ATTREZZATURE



GLI OCCHIALI



Elemento estremamente utile in alcuni casi persino necessario, oggi obbligatori nelle competizioni

LE ATTREZZATURE



LA BORSA



è il contenitore di tutto quello che serve durante una manifestazione agonistica o un allenamento

LA POSIZIONE IN PEDANA

Sulla base di cosa stabiliamo una giusta e corretta posizione in pedana?

CONOSCENZA delle traiettorie dei piattelli, che raggiungono altezze che variano da mt. 1,50 a 3,00, con angolazioni da 0 a 45°, sia a sinistra che a destra

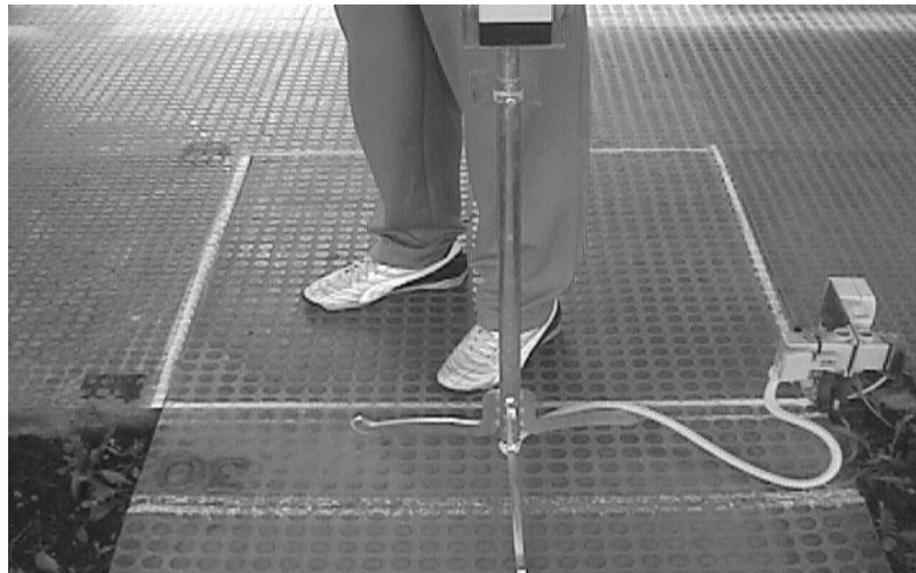
LA POSIZIONE IN PEDANA

ci aiuta a

Determinare una corretta posizione in pedana, che garantisce stabilità e nello stesso tempo consenta un'adeguata fluidità dei movimenti

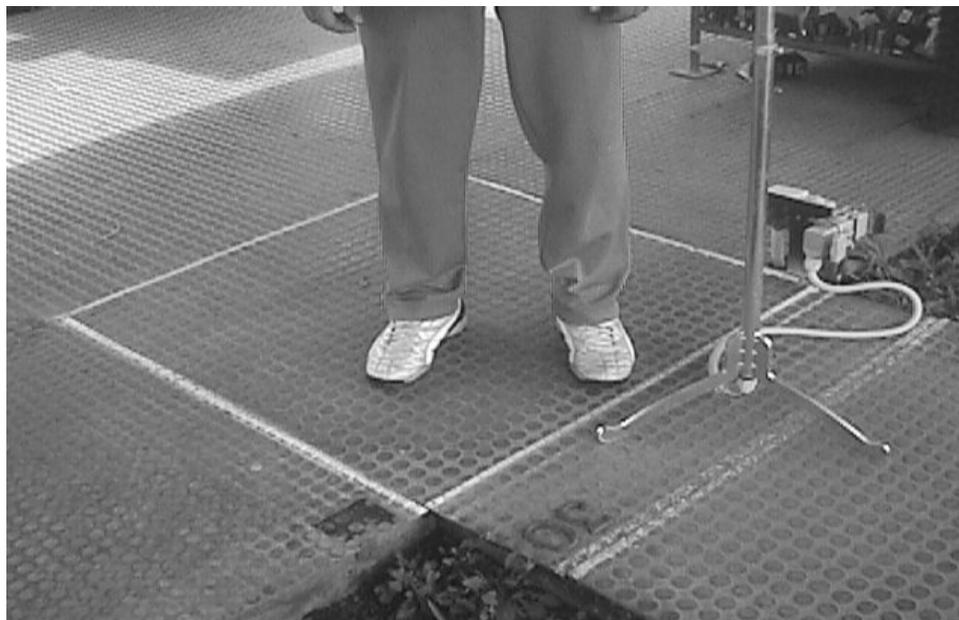
LA POSIZIONE IN PEDANA

Gli arti inferiori sono orientati verso destra/sinistra all'incirca di 45° rispetto all'angolo retto formato dai lati della pedana



LA POSIZIONE IN PEDANA

Le gambe sono leggermente divaricate, i talloni distanti tra loro circa 25/30 cm.



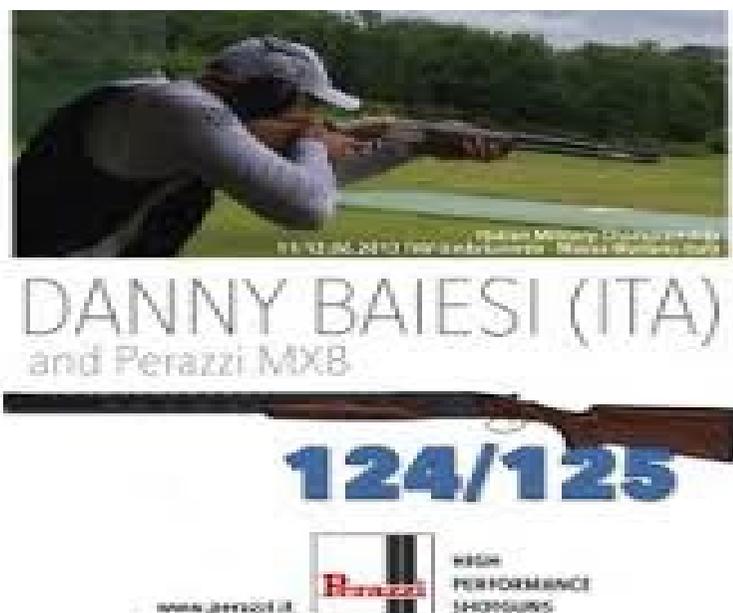
LA POSIZIONE IN PEDANA

Il tronco, inclinato in avanti di circa 15° con il peso corporeo in appoggio (prevalentemente) sulla gamba anteriore (destra/sinistra)



LA POSIZIONE IN PEDANA

Questa posizione consente di muoversi verso destra, sinistra e verso l'alto con la necessaria armonia. Le spalle risultano orientate a circa 45° rispetto al lato anteriore della pedana.



L'IMPOSTAZIONE DEL FUCILE

- Il tiratore, dopo aver fissato il punto di uscita del piattello, con la mano destra nell'impugnatura del calcio,



L'IMPOSTAZIONE DEL FUCILE

Sollewa il fucile lentamente, con la mano sinistra sul sottocanna, nel punto a lui più idoneo, e il calcio sotto l'ascella; chiude il fucile determinando la bilanciatura dinamica dell'arma



L'IMPOSTAZIONE DEL FUCILE

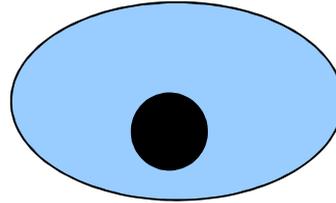
- A questo punto porta il fucile alla spalla ed infine porta la guancia sul calcio creando un perfetto allineamento dell'occhio con la bindella ed il mirino
- Il viso deve poggiare comodamente sul calcio in modo naturale, senza allungare il collo o ritirare eccessivamente la testa all'indietro, tenendo gli occhi paralleli
- Il collo troppo in avanti, crea rigidità e tensione muscolare, conseguentemente, nel movimento di aggancio del piattello si tende facilmente a sollevare la testa

L'IMPOSTAZIONE DEL FUCILE

- Le braccia "devono" trovarsi alla stessa altezza, circa 10° più basse della linea delle spalle, parallele all'orizzonte, con le spalle angolate 45° e i muscoli trapezi rilassati



ALLINEAMENTO



LA PUNTERIA

- Prima di chiamare il piattello:
 - Individuare il punto di mira rispetto al punto di uscita del piattello (si consiglia da circa 10 cm. sotto il testimone a 10 cm. Sopra)
 - Si controlla l'allineamento e si pone lo sguardo dove presumibilmente apparirà il piattello

La verifica non deve mai superare i 2/3 secondi

Se non vi sono difetti visivi, è preferibile tirare con entrambi gli occhi aperti per avere un > campo visivo

LA CHIAMATA

Chiamare il piattello con voce corta e decisa aiuta ad eseguire un movimento corretto

L'ATTESA DEL BERSAGLIO

Bisogna rimanere fermi fino a che non si percepisce il bersaglio individuandone la traiettoria, l'altezza e la velocità.

L'INTERCETTAZIONE DEL BERSAGLIO

Appena percepito il piattello, bisogna muoversi con progressiva velocità, con movimento fluido, coordinato ed uniforme

In questo modo si verifica correttamente il congiungimento tra occhio, fucile e piattello

IL TEMPO DI FUOCO

E' il tempo che intercorre tra la chiamata e l'esplosione del colpo;

E' molto soggettivo e oscilla tra 5 e 8/10 di secondo

IL TEMPO DI FUOCO

In questo lasso di tempo il tiratore esegue una serie di azioni:

- percepisce il piattello che parte
- inizia il movimento del fucile fino a raggiungere il bersaglio
- a questo punto tiro il grilletto

GLI ANTICIPI

Secondo il pensiero di balistici

Vengono descritti come la somma dei tempi che vanno dal comando dato dal cervello di tirare il grilletto, ai passaggi al cane, al percussore, alla capsula, all'accensione della polvere per terminare con i pallini che raggiungono il piattello

GLI ANTICIPI

A questo punto

È sufficiente calcolare quanta strada percorre il nostro bersaglio nello stesso tempo ed anticiparlo

GLI ANTICIPI

E' chiaro che

In questo modo o sei un computer o non rompi nemmeno un piattello

GLI ANTICIPI

Siamo convinti invece

Che molti tiratori riescono a colpire in movimento senza rendersi conto di quanto hanno anticipato

GLI ANTICIPI

In realtà

Una volta che abbiamo allineato il mirino verso il punto dove esce il piattello, nel momento in cui percepiamo la sua uscita, partiamo con le canne seguendo la sua traiettoria.

La velocità del fucile sarà in aumento mentre quella del piattello diminuirà gradatamente;

Nell'oltrepassare il bersaglio si sparerà ottenendo un **anticipo automatico**.

GLI ANTICIPI

QUESTO E' IL SISTEMA MIGLIORE

Ci sembrerà di sparare al bersaglio senza anticipo.

GLI ANTICIPI

ovviamente

Sarà necessario esercitarsi insieme ad un tecnico che segue, aiuta, corregge



Così facendo i **NOSTRI RAGAZZI** otterranno grandissimi risultati

Grazie per l'attenzione

37