

Техники стрельбы из традиционного лука



Недавно, рассматривая фотографии с очередного турнира по 3D, я в который раз обратила внимание на разные техники стрельбы из традиционного лука. После исследований различных английских форумов и общения с людьми, зародившими в Москве стрельбу из традиционных луков, я пришла к выводу, что все техники грубо можно разбить на три вида.

К первому способу стрельбы из традиционного лука, и возможно наиболее распространённому среди большого количества людей, не занимающихся стрельбой из лука профессионально, относится техника с прикладкой «под глаз». Иногда её еще называют «под клык». Суть заключается в том, что кисть растягивающей лук руки ложится под скуловую кость или на неё. Дальше человек визуальнo сводит в одну плоскость хвост стрелы, её наконечник и цель. Хороша она тем, что позволяет целиться даже при стрельбе из традиционного лука. Но есть здесь и подводные камни: с такой растяжкой можно стрелять только, когда расстояние до цели соизмеряется с расстоянием прямолинейного полёта стрелы, говоря строго – на дальность прямого выстрела. Как

только траектория стрелы становится более крутой, прицельная линия оказывается выше цели. Тем более, лук в таком положении растягивается несильно, и стрелять с такой прикладкой можно на расстояния не более 50 м. В принципе, охотникам больше и не нужно.

Как приложение к этому способу появился вариант стрельбы с подогнутыми ногами и корпусом, сильно выведенным вперёд. Некоторые американские стрелки уверяют, что это позволяет лучше концентрироваться и видеть мишень. У нас на соревнованиях такую технику долго использовал один лучник, но в итоге от неё отказался. Из преимуществ он отмечает, что такая изготовка может пригодиться при стрельбе из неудобных позиций в лесу, например сквозь ветки.

Техникой с прицеливанием по стреле пользовались и стрелки,

использовавшие кольцо. В предыдущих статьях мы уже упоминали об этом прародителе релиза. Суть заключалась в уменьшении площади соприкосновения лучника с тетивой (если рассматривать пальцы и кольцо), что в свою очередь приводит к более правильному вылету стрелы.

Технику с прикладкой «под глаз» стали использовать и любители так называемого «голого» лука или – иначе – классического лука без прицела и стабилизатора. Единственное отличие заключается в том, что они кладут под стрелу три пальца. В соревнованиях по 3D их объединяют в одну группу с традиционщиками. Хотя споры о схожести работы этих двух видов луков не прекращаются.

Второй вид техники – растяжение тетивы на полную мощность, насколько это позволяет сустав тянущей руки. То есть тетива заводится дальше уха. Этот способ применим к коротким азиатским лукам. Так, например, корейцы при такой растяжке как проверочную точку используют солнечное сплетение. В этом месте тетива должна плотно прилегать к груди. Такая техника позволяет стрелять на дальние расстояния.

И, наконец, третий вид техники. Так же как и предыдущий, он бесприцельный и основан на интуитивных ощущениях. Это именно та прикладка, которая используется и в спортивной стрельбе из классического лука, а именно когда кисть чётко ложится под подбородок, и кончик носа касается тетивы. Даже если не брать в расчёт моё спортивное прошлое, и мне эта техника наиболее близка, она действительно удобнее остальных. За себя говорит статистика соревнований. Наши традиционщики часто выезжают на различные ролевые соревнования и занимают там призовые места. И если рассуждать логически – при



Пример прикладки с «голым луком», когда для участия в соревнованиях по 3D в классе «Традиционный лук» спортсмены снимают с олимпа прицел и стабилизатор

такой прикладке у лучника две проверочные точки, которые и обуславливают точность стрельбы, обеспечивая единообразие вылета стрел.

Для того чтобы людям с разными антропометрическими возможностями было удобнее, был придуман разборный лук, ныне известный как олимпик или классический. Если бы в своё время в спорте оставили монолитные английские или корейские луки, приходилось бы под каждого человека изготавливать свой лук, а это занимало бы время.



Вариант прикладки «под глаз» или, иначе, «под клык»



Пример техники стрельбы с согнутыми коленями



При такой прикладке у лучника две проверочные точки: кисть под подбородком, кончик носа касается тетивы