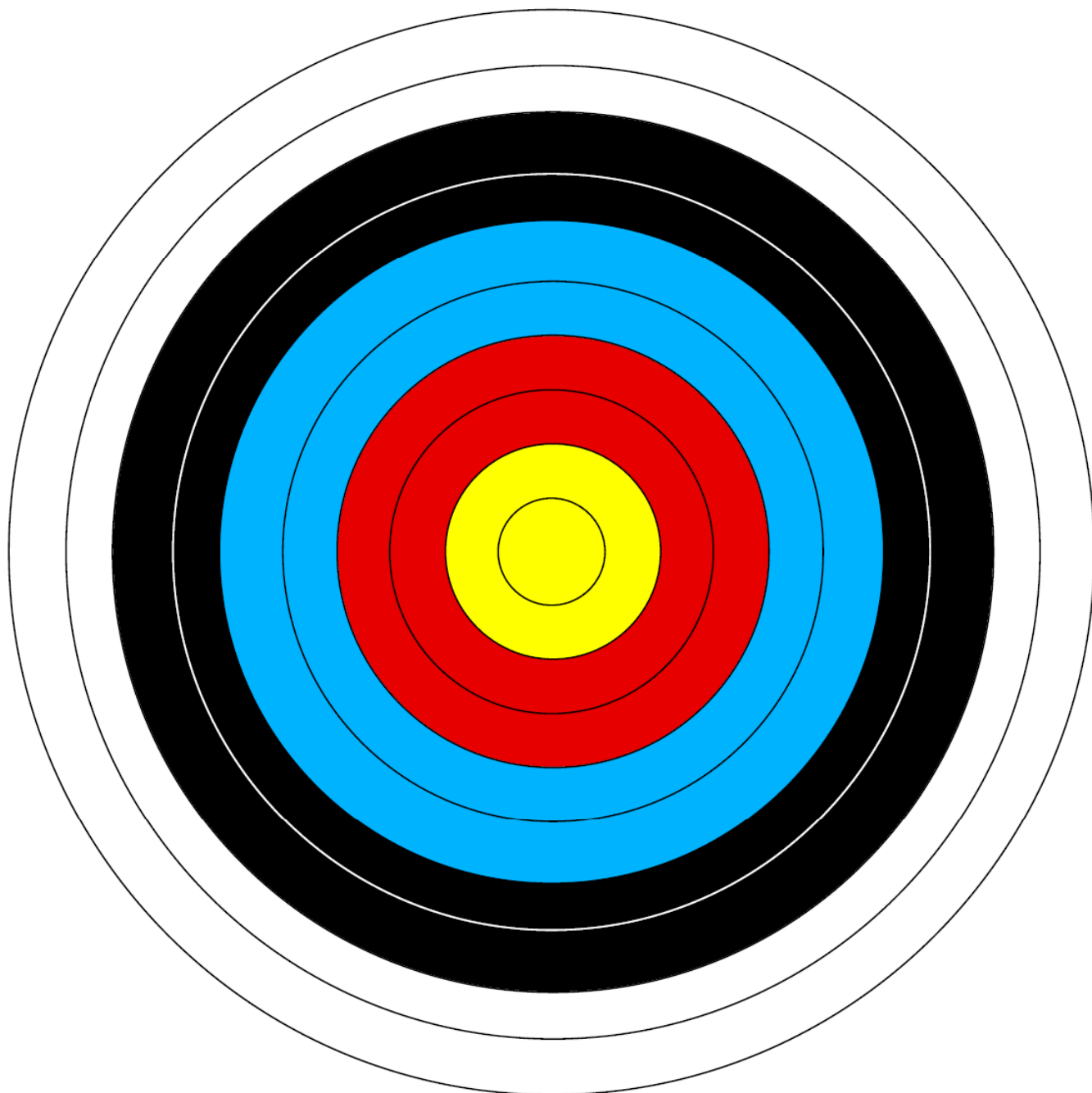


# De De De

DIARIO DE NAVARRA VIERNES 17 DE FEBRERO DE 2012



## En la diana

DEPORTE Y OCIO **Tiro con arco y tiro olímpico, deportes de precisión**

**E**l tiro con arco y el tiro olímpico son dos actividades deportivas marcadas por la precisión para conseguir el mejor blanco posible, y que pueden convertirse en una opción para el ocio del fin de semana. Ambas especialidades cuentan con Federaciones en Navarra que ofrecen cursos de iniciación y perfeccionamiento para todas las edades, como forma de ponerse en contacto con dos deportes en los que la técnica y la concentración son esenciales.

# O

## Ocio

**Las federaciones navarras de tiro con arco y tiro olímpico ofrecen la posibilidad de iniciarse en dos deportes caracterizados por la precisión**



## DEPORTES PARA DAR EN

### TEXTOS LEIRE ESCALADA

A técnica sobre la fuerza. Colocarse bien, apuntar con precisión y disparar con seguridad. Tanto en el tiro con arco como en el tiro olímpico, estos pasos grosso modo, impulsados por un entrenamiento perseverante y el afán de superación son la clave para conseguir cada vez mejores resultados. Ambos deportes, en los que la precisión y el autocontrol son fundamentales, cuentan con sus correspondientes Federaciones en Navarra, que organizan cursos tanto para principiantes como para aficionados avanzados. Además, son las responsables de otorgar las licencias federativas a través de sus clubs, documentos imprescindibles para practicar estas actividades.

En el caso del tiro con arco, Jo-

sé Luis Iriarte Larumbe, presidente de la Federación Navarra de esta disciplina, explica que, para conseguir la licencia, "la persona debe pertenecer a un club porque sólo los clubes pueden sacarla". Este permiso es necesario porque, como puntualiza, el arco es un "arma voluntaria, catalogada como las armas blancas, es decir, que no se dispara solo, como sí lo hace una ballesta". En concreto, en la Comunidad Foral hay actualmente once clubes. Cada uno cuenta con sus monitores, encargados de iniciar a los aficionados en la técnica y normas básicas de seguridad del tiro con arco, además de prestar los arcos básicos y las flechas para realizar las primeras prácticas. La licencia federativa anual cuesta 50 euros, aparte de las clases si se quiere participar en un curso. Los monitores también

son encargados de realizar una entrevista previa al aficionado antes de dar la licencia.

Para practicar este deporte, además del arco, las flechas y el carcaj para guardarlas, se emplea una brazalera para proteger el antebrazo del arquero, una dactilera que se coloca en los dedos para impedir que se hagan ampollas, y, en ocasiones, un pectoral. Para comenzar, Iriarte explica que suele emplearse un arco recurvado y unas flechas de carbono de iniciación. Asimismo, cuenta que lo primero que debe conocerse son las medidas básicas de seguridad: "No pegarse en el brazo, que siempre abrir cuando estés en la línea de tiro y hacia la diana, no volverse con el arco cargado a hablar...". Después se enseña la postura del cuerpo y la técnica básica frente, "que es igual para todas las modalidades".

Así, poco a poco, el aficionado va cogiendo confianza y habilidad con el arco y las flechas y se va aumentando la distancia con respecto a la diana. "Cuando se va cogiendo técnica se le va poniendo un punto de referencia, un visor, estabilizadores en el arco (para que no vibre cuando se tira y el pulso se quede más quieto)...", agrega.

También se escoge la modalidad que se quiere practicar, ya sea de bosque, de campo, de precisión..., así como el arco que quiere utilizarse. Puede practicarse en campos de tiro de precisión o al aire libre, que tienen los clubes o en lugares cedidos a estos, como polideportivos, para realizar su actividad. Al aire libre son más difíciles de conseguir y ahora puede hacerse en lugares señalados en Tudela y San

Adrián.

Iriarte destaca que es un ejercicio muy divertido que pueden practicarlo "desde niños de seis años, incluso menos, hasta los 80. Es un deporte para todas las edades mientras las fuerzas puedan". Los menores de edad deben contar con el consentimiento de sus padres. También subraya que "se trata de educar el cuerpo y la mente para tirar. Una vez que aprendes la técnica todo es paciencia, concentración, saber estar".

### MENÚ DE MODALIDADES

En el caso del tiro olímpico, la licencia también es imprescindible, exceptuando en las armas de aire comprimido. Este deporte ofrece también un gran abanico de modalidades. Como explica



# EL BLANCO

Rafael Franco Peña, presidente de la Federación Navarra, se puede optar por la clásica, "lo que todos hemos hecho alguna vez, en las ferias, el clásico tira-pichón para sacar el muñeco, que en este caso es para competir y sacar puntos". También cita la modalidad de precisión (pistolas, revólveres, carabinas...), armas históricas con sus correspondientes submodalidades, recorrido de tiro, tiro al plato...

La licencia federativa necesaria para practicar el tiro olímpico se consigue en la Federación y tiene un coste anual 35 euros, aunque también puede adquirirse una por un día a un precio de cinco euros. Al tratarse de armas, además de la federativa, es necesario disponer de una licencia de armas. Ésta es expedida por la Guardia Civil después de que el usuario supere unas pruebas

teóricas y prácticas. La propia Federación Navarra de Tiro Olímpico prepara a los tiradores para estos exámenes.

Para saber por qué modalidad empezar, el presidente explica que depende de la edad, ya que los menores de 18 años no pueden utilizar armas de fuego. A partir de los 14 años, los federados ya pueden utilizar escopetas. "Los más jóvenes empiezan con el aire comprimido. Tenemos federados desde los 8 o 10 años. Es una modalidad muy sencilla de practicar", asegura. En principio, se comienza por lo más sencillo, conforme los aficionados van avanzando, ya se decantan por una u otra modalidad.

Como equipamiento básico para principiantes, no se recomienda ningún traje o accesorio especial. La propia Federación presta armas y munición para ti-

rar y organiza cursos de iniciación y perfeccionamiento. Para realizar las prácticas, Rafael Franco señala que las modalidades de precisión, por ejemplo con pistola, revólver o carabina, sólo pueden realizarse en las instalaciones de Aizoain. Sin embargo, el tiro al plato sí puede practicarse en otros lugares como la Valdorba, Elizondo, Ribaforada y Bera.

Al igual que en el tiro con arco, en el tiro olímpico se enseñan desde el principio unas normas de precaución básicas, como aprender cargar un arma siempre mirando a la línea de los blancos y nunca volverse con el arma cargada. Después, puntualiza el presidente, "entra toda la técnica de autocontrol, de respiración..., todo lo que influye en ir perfeccionándose y superándose a ti mismo".

## Tiro con arco

**Equipación** Arco, flechas, carcaj, brazalera y dactilera. También puede utilizarse un pectoral para proteger el pecho.

**Licencia** La licencia federativa anual cuesta 50 euros.

**11 clubes navarros** Club Deportivo Aizpea (Mañeru), Huarco Club Escuela (Huarte, Pamplona), Sociedad Deportiva Arco Iruña (Valdorba en Sansoain, Noain y Aranguren), Club Arco Ribera (San Adrián), Club Arco Runa Valle de Egués (Burlada, Azpa y Valle de Egués), Club Arco Tafalla (Tafalla), Club Arco Tudela (Tudela), Asociación Deportiva Uztai (Elgorriaga), Club de Tiro con Arco Universidad de Navarra (Pamplona), Club Compañía de Arqueros de Olite (Olite) y Club Escuela Lakarri (Sarriguren).

**Aficionados** Deporte para todas las edades. Hasta los 18 años con autorización de sus padres o tutores.

**Webs de interés** Federación Navarra de Tiro con Arco ([arconavarra.com](http://arconavarra.com)) y Federación Española de Tiro con Arco ([federarco.es](http://federarco.es))

## Tiro olímpico

**Equipación** Para los principiantes, sólo es necesaria un arma y munición. Si se avanza, se van incorporando otros accesorios como gafas, visera...

**Licencia** Para practicar el tiro olímpico en cualquiera de sus modalidades, exceptuando con armas de aire comprimido se necesita una licencia de armas expedida por la Guardia Civil y la licencia federativa. La federativa anual cuesta 35 euros y la diaria 5 euros. Para conseguir la licencia de armas hay que superar unas pruebas teóricas y prácticas para las que los aficionados pueden prepararse en la propia federación.

**Campos de tiro** Está situado en Aizoain. El tiro al plato también puede practicarse en la Valdorba, Ribaforada, Bera y Elizondo.

**Aficionados** Deporte para todas las edades. Los menores de edad sólo pueden practicar con armas de aire comprimido, no de fuego. A partir de 14 años, pueden tirar con escopeta. Los menores de 18 años necesitan el permiso de sus padres o tutores para federarse.

**Webs de interés** Federación Navarra de Tiro Olímpico ([fnavarrotiroolimpico.com](http://fnavarrotiroolimpico.com)) y Federación Española de Tiro Olímpico ([tirolimpico.org](http://tirolimpico.org)).



El arco recurvado es característico del tiro con arco deportivo.