



PROGETTO ARKĀN®
Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



PROGETTO ARKĀN®

Tiro Dinamico con l'Arco

Regolamento Tecnico-Sportivo



A cura di *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco

Documento redatto a giugno 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): 4.03.2024

Ideatore e Responsabile: *Marco Mustardino*, owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



INDICE

Manifesto PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco	3
Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco	4
Art.1 - Norme Generali	4
Art.2 - Bersagli e Punteggi	6
Art.3 - Attività Sportive (disposizioni generali)	7
Art.4 - Copertura Assicurativa	9
Art.5 - Circuiti Provinciali/Regionali/Interregionali, Trofei e Campionati Nazionali	9
Art.6 - Partecipazione, Norme Comportamentali e di Sicurezza	10
Art.7 - Responsabilità e Interventi Disciplinari	12
Art.8 - Regolamenti Sportivi dei singoli Raduni	12
ARKĀN MIX	13
MOVING ARCHERY	14
NOTTURNA	15
SPEED AND SKILL	16
SPOT TRAIL	17
TIRO A VOLO	18
DOUBLE CHALLENGE	20
ACTIVE SHOOTING ARCHERY	21
ARCHERY CONTEST	24
Art.9 - Norme Finali e Tutela del Marchio	26





MANIFESTO PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco

- a) PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco è un marchio registrato inerente una PROPOSTA SPORTIVA indipendente e strutturata, operante in un EPS, adatta a tutti, fondata sul principio dei QUATTRO ARKĀN (precisione, potenza, destrezza e mobilità), cioè i "pilastri" (in arabo *arkān*) dell'arcieria antica, e su ogni loro coerente sviluppo moderno.
Questo oggi pone l'attività come una delle espressioni arcieristiche più verosimilmente vicine al tirare della tradizione.
- b) PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco permette di esprimere e approfondire svariate ABILITÀ PERSONALI e attitudini oltre che sviluppare le TECNICHE per colpire bersagli in ogni situazione di tiro.
- c) Il BERSAGLIO ha un valore importante in quanto diventa ciò che permette all'arciere di mettere in gioco le sue molteplici virtù (frutto dello sviluppo degli *arkān*), esaltando così la completezza dell'individuo-arciere indipendentemente dall'attrezzatura utilizzata.
- d) Seppur possa trovare il giusto spazio chi desidera vivere questo sport in modo più competitivo, in PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco si ha un moderato tenore agonistico (da non confondere con l'assenza di attività codificate o di classifica, concetti qui legati all'idea di sano confronto e autoanalisi) e un carattere ludico, creativo e aggregativo, precisando però che ciò non significa semplicità del GIOCO.
- e) Al tempo stesso diventa particolarmente SPETTACOLARE nelle sue molteplici forme di espressione sportiva (regolamentate o di fantasia).
- f) È un'attività dai forti CONTENUTI EDUCATIVI per adulti e bambini, un mezzo per il BENESSERE della persona e del contesto in cui ella vive: il coinvolgimento psico-fisico e i conseguenti progressi dell'individuo sono aspetti primari rispetto a quello della sola tecnica dell'arciere e dei risultati che si ottengono. È una POSSIBILITÀ per apprendere nuove capacità, scoprire attitudini, incrementare istinto e logica, relazionarsi e condividere, conoscere l'ambiente naturale in cui generalmente si gioca e rispettarlo, sperimentare e interessarsi alle molteplici materie extra disciplinari correlate, ottenere anche risultati sportivi di rilievo.
- g) La DIDATTICA impiegata da PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco è prevalentemente basata sul Costruttivismo, metodologia applicata in tutti i livelli seppur con incidenze differenti, dalla formazione di base del neofita fino a quella delle varie figure tecniche operanti nella realtà sportiva con cui PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco collabora. La parola d'ordine è CONSAPEVOLEZZA: porre la persona al centro del suo percorso formativo la rende realmente partecipe, attiva, cosciente della propria formazione e maggiormente in grado di raggiungere anche risultati sportivi più significativi.
- h) PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco è un LABORATORIO di costanti sperimentazioni ed esperienze finalizzato allo sviluppo di percorsi educativi, didattici, tecnici, culturali, scientifici, e così via scorrendo, operando così anche al di fuori delle sole attività sportive convenzionali.
- i) Ai fini di una più completa e sana esperienza, tutti gli sportivi, i dirigenti, i tecnici e i collaboratori aderenti a PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco si impegnano affinché siano sempre RISPETTATI da chiunque: lealtà e imparzialità, trasparenza e condivisione, correttezza, collaborazione, rispetto, onestà, resilienza, discrezione, impegno.





REGOLAMENTO TECNICO-SPORTIVO

PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco

Art.1 - Norme Generali

- a) Sono da considerarsi attività sportive (competitive, non agonistiche) PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco quelle normate da specifici regolamenti sportivi (di proprietà di PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco) e autorizzati dal Settore Nazionale dell'EPS a cui PROGETTO ARKĀN® aderisce.
- b) Si considerano Circuiti PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco l'insieme di raduni di carattere provinciale, regionale e interregionale; i Campionati e i Trofei PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco sono quelli Nazionali.
- c) Sono previste le seguenti CLASSI e DIVISIONI:
- I. Giovani: fino a 13 anni compiuti;
 - II. Ragazzi: da 14 a 17 anni compiuti;
 - III. Adulti: oltre i 18 anni compiuti.

Tutte le classi, eccetto quella dei Giovani che è sempre Unica, sono suddivise in DIVISIONE Maschile e Femminile.

- d) A prescindere dal materiale dell'asta usata e dalle caratteristiche delle frecce (elementi a discrezione dell'arciere e che possono anche variare), le CATEGORIE sono:
- I. Moderni: tutti i compound (con o senza sgancio) e gli altri archi (indipendentemente dalla tipologia) usati con o senza mirini (di qualsiasi tipo) e/o con tecniche di tiro quali: tutte le dita sotto la cocca, face/string walking, occhio chiuso;
 - II. Ricurvi: take-down e monolitico (con finestra);
 - III. Tradizionali: longbow, storico e foggia storica;
 - IV. Unica: per tutti i Giovani (per cui non è prevista alcuna suddivisione in base a materiale e tecniche di tiro).

Ricurvi e Tradizionali tirano sempre con entrambi gli occhi aperti, usano la presa mediterranea o quelle storiche (pollice, trazione al petto, eccetera, mai tutte le dita sotto cocca) e non eseguono face/string walking.

Per tutte le Categorie è ammesso l'uso di ogni attrezzatura necessaria tranne quella per la rilevazione delle distanze e il laser.

- e) I LIMITI DI CARICO per gli archi sono i seguenti:
- I. Giovani: massimo 26 libbre misurate all'allungo effettivo per gli archi tradizionali o al punto di picco per gli archi compound;
 - II. Ragazzi: massimo è di 35 libbre misurate all'allungo effettivo per gli archi tradizionali o al punto di picco per i compound;
 - III. Adulti: massimo è di 60 libbre misurate all'allungo effettivo per gli archi tradizionali o al punto di picco per i compound.
- f) È necessario che l'organizzazione dei raduni preveda tiri dedicati all'*arkān* della potenza adatti ai libbraggi di tutte le Classi.
- g) Nei raduni gli iscritti sono divisi in PATTUGLIE (massimo di 6 arcieri; anche 10 o più per il Tiro a Volo) in cui è previsto un Capo-Pattuglia nominato dall'organizzazione dell'evento, due Marcatori di ASD differenti ed eventuali Cronometristi individuati dai componenti della Pattuglia stessa.





PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



- h) L'ORDINE DI TIRO all'interno della Pattuglia non è codificato ma occorre che ad ogni piazzola vi sia una giusta rotazione tra gli arcieri. La classe Giovani tira comunque sempre per ultima.
- i) I TOTEM di piazzola regolari da utilizzare (e posti sempre dietro la linea di tiro) sono solo quelli espressamente forniti dal Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco.
- j) Non necessariamente dal totem di piazzola devono essere visibili i bersagli, ma il primo arciere al tiro non deve mai essere svantaggiato rispetto agli altri.
- k) Ove richiesto dal cartello "CHIEDERE IL LIBERO" gli arcieri dovranno accertarsi che la piazzola e la zona limitrofa sia sgombra chiedendo e attendendo, se non già udito, il segnale "piazzola numero libera" detto a voce alta dall'ultimo arciere (preferibilmente il Capo-Pattuglia) che transiterà accanto al cartello "DARE IL LIBERO".
- l) Gli Adulti tirano da PICCHETTI di color giallo, i Ragazzi dal picchetto Adulti oppure dal picchetto intermedio di color blu quando previsto, i Giovani dall'apposito picchetto loro dedicato di color rosso posizionato a distanza minore rispetto al picchetto Adulti per i tiri più lunghi e/o difficoltosi. Qualora necessario è possibile inserire un picchetto di partenza di color bianco per tiri a tempo limitato.
- L'arciere in tutte le fasi del tiro (dalla trazione allo scocco della freccia) deve mantenere una parte del corpo a contatto con il picchetto, posizionandosi rispetto ad esso dove preferisce.
- m) In alternativa ai picchetti è possibile creare (mai per il tiro a volo) apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.
- n) La SEQUENZA dei tiri è sempre libera, salvo eccezioni specificate sui totem di piazzola. Il numero di frecce da tirare su ciascun bersaglio è indicato sul totem: non è possibile ritirare allo stesso bersaglio mancato se non è espressamente consentito dalle indicazioni riportate sul totem.
- o) In caso di tiri a TEMPO LIMITATO, qualora si reputi necessario, si potrà differenziare il tempo per le varie Classi e/o Categorie (ad esempio, maggiorarlo per i Giovani).
- Il tempo e la trazione partiranno dopo il "VIA" del cronometrista che seguirà al "PRONTO/A" dell'arciere, il quale avrà già incoccato la freccia e posizionato le dita (o lo sgancio) sulla corda.
- p) Per il TIRO A VOLO occorre predisporre sempre zone rispettando le seguenti misure e indicazioni:
- I. avere una lunghezza dell'area non inferiore a metri 100 dalla postazione di tiro;
 - II. avere una larghezza totale adeguata al numero di macchine utilizzate e al tipo di tiro proposto;
 - III. avere la postazione di tiro collocata in modo che non possano essere scoccate frecce oltre i limiti laterali dell'area e/o che possano incrociarsi i tiri di diverse piazzole;
 - IV. avere una finestra di tiro composta da due aste verticali alte minimo 3 metri – con in cima un nastro o bandierina, ben visibile, per la rilevazione dell'eventuale direzione e intensità del vento – distanti massimo 6 metri tra loro e unite da un nastro bianco-rosso orizzontale posto ad un'altezza massima di 1,5 metri da terra (a seconda delle parabole proposte);
 - V. non presentare ostacoli di alcun tipo lungo la traiettoria dei tiri e all'interno delle finestre di tiro;
 - VI. avere un cartello di demarcazione di gittata massima delle frecce flu-flu a 80 metri dalla postazione di tiro;
 - VII. predisporre cartelli di "attenzione zona di tiro con l'arco" sia oltre gli 80 metri sia, se necessario, ai lati del campo di gioco, da cui, comunque, non deve transitare nessuno;

Ideatore e Responsabile: [Marco Mustardino](mailto:owl.marco@gmail.com), owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



- VIII. prevedere per l'eventuale manovratore una posizione sicura ed adeguata rispetto alla traiettoria di tiro.
- q) Per tutti i tiri che hanno un BERSAGLIO MOBILE è obbligatorio delimitare adeguatamente una finestra di tiro oltre la quale è vietato sia tirare sia puntare la freccia.
- Sarà possibile visionare (dal totem o dal picchetto/area di tiro secondo indicazioni del totem) il movimento del bersaglio prima dell'inizio dei tiri del primo arciere.
- Il bersaglio sarà fatto partire - con calma - dopo il "VIA" del manovratore che seguirà al "PRONTO/A" dell'arciere, il quale avrà già incoccato la freccia e posizionato le dita (o lo sgancio) sulla corda (salvo diverse indicazioni la trazione inizia sempre dopo il "VIA" del manovratore).
- La manovra di mobilità del bersaglio potrà essere ripetuta solo nel caso in cui l'arciere debba interrompere la propria azione per motivazioni esterne alla propria responsabilità (sicurezza, alterazioni del regolare movimento del bersaglio, ecc.).
- r) L'accesso ai raduni di PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco nonché agli allenamenti organizzati all'interno delle Associazioni è possibile anche per ARCIERI DIVERSAMENTE ABILI purché si possa garantire una loro sicura e serena partecipazione. È fatto comunque obbligo che gli atleti con disabilità (da valutare) siano sempre accompagnati da Tecnici e/o persone qualificate al compito (autorizzate dal Presidente dell'ASD di appartenenza e/o organizzatrice di manifestazioni sportive).
- s) Qualora possibile, sempre seguendo tutte le relative norme di sicurezza previste dall'EPS con cui PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco collabora, nelle manifestazioni sportive è consentito predisporre aree destinate all'eventuale PUBBLICO presente.
- t) Per tutto quanto concerne gli specifici elementi delle singole manifestazioni (*arkān*, numero di piazzole, numero e tipologie di frecce, distanze dei tiri, punteggi, bonus, eccetera) o altri argomenti qui non presenti si rimanda ai relativi Regolamenti.

Art.2 - Bersagli e Punteggi

- a) I BERSAGLI possono essere fissi o in movimento, bidimensionali/tridimensionali e di grandezza variabile in base alle finalità previste dal tiro, di diverse forme e materiali purché non arrechino mai danno alle frecce e siano posizionati sempre in sicurezza.
- b) Essi sono posti a DISTANZE sempre sconosciute (quelle massime sono indicate nei regolamenti sportivi dei singoli raduni) e in posizioni tali da creare situazioni di tiro sempre varie.
- c) Nei raduni PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco in cui vi sia la compilazione di classifiche, in base alla tipologia di manifestazione e dei bersagli utilizzati, saranno previsti dei punteggi (positivi e/o negativi) così come riportati nei Regolamenti delle singole attività sportive.
- d) Eventuali BASAMENTI del bersaglio (come anche le corde di sostegno e i supporti in genere), se colpiti, non sono considerati validi ai fini del punteggio; tutto il resto del bersaglio sì.
- e) È possibile anche valutare che a tutto il bersaglio corrisponda un unico punteggio (ad esempio per il tiro a volo, per i palloni rotolanti, eccetera).
- f) Se in un bersaglio sono presenti più SPOT, saranno considerati validi tutti, eccezion fatta per particolari situazioni indicate negli specifici regolamenti e/o nei totem di piazzola.
- g) Se un arciere rinuncia al tiro o non lo esegue come indicato dal totem, sullo *score* sarà riportato il punteggio indicato con "altro".





- h) L'arciere che non riesce ad eseguire i tiri in ginocchio (o similari) a causa di conclamate e durature difficoltà fisiche può tirare (previo consenso di tutta la Pattuglia) in posizione per lui più comoda ma a tempo, calcolando 4" per ogni freccia prevista (esempio: 5 frecce in 20").
- i) Nelle manifestazioni sportive possono esserci anche dei punteggi aggiuntivi, **BONUS** (tiri da eseguirsi con difficoltà maggiori richieste specificate sul Totem), da sommarsi al punteggio ottenuto, anche se quest'ultimo è pari a zero.
- j) Il punteggio è VALIDO se al termine del proprio turno di tiro la freccia rimane conficcata nel bersaglio.
- Solo per la Categoria Giovani in caso di RIMBALZO della freccia sul bersaglio verrà assegnato comunque il punteggio preciso se sarà possibile vedere il punto di impatto, in caso contrario sarà attribuito il punteggio positivo più basso previsto per quel bersaglio.
- k) Nel caso vengano colpite le LINEE DI DEMARCAZIONE fra le varie zone di punteggio, è sufficiente che l'asta della freccia (comunque a bersaglio) tocchi/tagli la linea esterna per assegnare il punteggio maggiore. Non si assegna il punteggio maggiore se tra l'asta e la linea di demarcazione c'è spazio (seppur minimo) o se la stessa linea si deforma ma non viene comunque toccata/tagliata dalla freccia.
- l) Il punteggio di una freccia che in seguito a rimbalzo o a qualsiasi DEVIAZIONE si conficchi nel bersaglio è valido.
- m) In caso di PUNTEGGI DUBBI è il Capo-Pattuglia che li assegna. In caso sia controverso il punteggio del Capo-Pattuglia, l'assegnazione dei punti sarà affidata a tutti gli altri arcieri con decisione della maggioranza.
- n) Se previsti, di SCORE se ne compileranno uno o due (cartaceo o virtuale) per arcieri; alla fine dei raduni uno rimarrà all'arciere se ne farà richiesta. Gli score regolamentari da usare sono solo quelli forniti dal Responsabile PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco.
- o) Se presenti, le CLASSIFICHE dei singoli raduni sono stilate in base a Classi, Divisioni e Categorie rappresentate. Generalmente sono premiati i primi tre di ogni Classe/Divisione/Categoria e tutti i Giovani. A discrezione dell'organizzazione, si potrà stilare anche una classifica unica del singolo raduno e premiare per "fasce di merito" (vedi paragrafo dedicato).
- p) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini dell'eventuale classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato l'*ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO secondo le regole delle singole manifestazioni.

Art.3 - Attività Sportive (disposizioni generali)

- a) Tutte le iniziative sportive PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco sono realizzate nel corso dell'ANNO SPORTIVO (1 settembre - 31 agosto successivo), autorizzate dall'EPS in cui si opera (anche secondo le procedure di comunicazione alle autorità di Pubblica Sicurezza e Municipali) e inserite nel Registro CONI secondo normativa vigente. Il Responsabile PROGETTO ARKÂN®, salvo casi particolari, divulga i calendari delle attività ufficiali entro la fine dell'anno sportivo precedente; le manifestazioni organizzate in corso d'anno, amichevoli o da inserire in Circuiti, devono essere comunicate al Responsabile PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco con doveroso anticipo e autorizzate dallo stesso e dall'EPS di riferimento.





PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



- b) Le attività sportive sopraindicate possono essere ORGANIZZATE solo dalle ASD in regola con l'affiliazione all'EPS di riferimento e devono essere inserite nei CALENDARI UFFICIALI delle attività sportive PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco (pubblicati dal Responsabile e dal Settore Nazionale Tiro con l'Arco con cui PROGETTO ARKÂN® collabora).
- c) Potranno essere valutate REGOLARI solo le attività sportive che rispettino tutto il presente Regolamento Tecnico-Sportivo, i singoli Regolamenti Sportivi e le norme dell'EPS, che comunque le autorizza secondo suo regolamento specifico da seguire accuratamente.
- SONO ESCLUSE dalle attività sportive PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco perché considerate irregolari tutte quelle che non siano state autorizzate dal Responsabile PROGETTO ARKÂN® e ufficializzate dall'EPS in cui si opera o che non rispettino i Regolamenti.
- d) Tutte le iniziative sportive devono riportare nell'invito/locandina i LOGHI, oltre che dell'ASD organizzatrice, di PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco (fornito dal Responsabile con le relative norme di utilizzo) e quello dell'EPS secondo direttive dello stesso Ente.
- Come previsto dal Comitato Olimpico, non è consentito in nessun caso l'impiego di loghi del CONI.
- e) Secondo normativa vigente, in tutti i raduni che si svolgono a più di 15 km da un centro di pronto soccorso dovrà essere garantita la presenza di un'AMBULANZA.
- f) In occasione dei raduni PROGETTO ARKÂN deve esser presente una BORSA MEDICA contenente le dotazioni minime di primo soccorso (come precisato dal Decreto del Ministero della Salute 15 luglio 2003 n.388).
- g) Nell'INVITO delle singole iniziative sportive (su MODELLO UFFICIALE dell'EPS di riferimento da richiedere al Responsabile PROGETTO ARKÂN®) deve essere indicato: l'indirizzo di posta elettronica per l'invio delle iscrizioni e un recapito telefonico per le informazioni la tipologia di raduno e a quale Circuito/Trofeo/Campionato Nazionale PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco si riferisce, la data e il luogo (con eventuali indicazioni stradali), il termine per le iscrizioni, il programma (orario di conferma delle iscrizioni e di inizio tiri), il contributo di partecipazione e le modalità di pagamento, il luogo e il costo del pasto se previsto (è opzionale seppur consigliato specificare il menù), la presenza di un eventuale ristoro offerto, eventuali indicazioni generali sul tipo di evento e sulle attrezzature specifiche occorrenti, altri documenti e informazioni supplementari.
- All'invito può esser affiancata anche una locandina personalizzata dall'ASD organizzatrice che comunque non indicherà informazioni diverse da quelle dell'INVITO UFFICIALE.
- h) LE ISCRIZIONI agli eventi vanno inviate via *e-mail* all'indirizzo di posta elettronica dell'ASD organizzatrice compilando lo specifico MODULO fornito dal Responsabile PROGETTO ARKÂN® oppure su modulo *on line* presente nel sito delle ASD organizzatrici, entro e non oltre il giorno indicato sull'invito. Per le attività NAZIONALI le iscrizioni saranno effettuate esclusivamente sul sito www.progettoarkan.it.
- i) L'iscrizione alle attività di PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco da parte dei partecipanti (e/o di chi ne esercita la responsabilità genitoriale in caso di minori) implica l'ACCETTAZIONE incondizionata del presente Regolamento Tecnico-Sportivo, nonché LE AUTORIZZAZIONI al trattamento dei dati personali forniti all'atto dell'iscrizione (secondo l'art.13 del D.Lgs. 196/2003 e dell'art.13 GDPR 679/16) e all'effettuazione e uso di foto/video realizzati dall'organizzazione (o da chi per essa) nel corso dell'attività. Tali autorizzazioni saranno consegnate prima dell'evento

Ideatore e Responsabile: *Marco Mustardino*, owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



sportivo per iscritto, debitamente compilate e firmate, su apposito modulo fornito dagli organizzatori, pena l'esclusione (nonostante l'iscrizione e il versamento della quota di partecipazione che, in tal caso, dovrà esser restituita).

Art.4 - Copertura Assicurativa

- a) Gli arcieri, i Tecnici e le ASD aderenti a PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco hanno di base la COPERTURA ASSICURATIVA prevista dall'EPS a cui sono affiliati secondo sue norme. Per una maggior serenità si invita a prenderne visione.
- b) Per consentire l'adesione di arcieri appartenenti ad altre realtà arcieristiche (comunque sempre in regola con il proprio tesseramento) o a un pubblico non arcieristico in caso di manifestazioni promozionali, è imposto all'organizzazione di garantire la dovuta COPERTURA ASSICURATIVA in aggiunta, con massimali adeguati e comunque non inferiori a quelli previsti dall'EPS di riferimento.
- c) In caso di contributo di partecipazione, nelle attività sportive e nelle manifestazioni divulgative aperte a chiunque, è possibile la partecipazione anche di arcieri provenienti da altre realtà arcieristiche previa un'opportuna verifica anche della POSIZIONE FISCALE dell'organizzatore.
- d) La copertura assicurativa dell'EPS con cui PROGETTO ARKĀN® collabora è valida, secondo normativa vigente, solo se l'ASD organizzatrice propone attività autorizzate dal Responsabile, ufficialmente riconosciute dal Settore Nazionale Tiro con l'Arco dello stesso EPS secondo precisa procedura e seguendo i soli regolamenti sportivi qui contenuti.

Art.5 - Circuiti Provinciali/Regionali/Interregionali, Trofei e Campionati Nazionali

- a) Per CIRCUITO PROVINCIALE/REGIONALE/INTERREGIONALE PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco si intende un insieme di manifestazioni sportive (minimo tre) organizzate da ASD affiliate all'EPS di riferimento e della stessa provincia/regione (circuito provinciale/regionale) o appartenenti a più regioni (circuito interregionale).
Le manifestazioni ammesse ai Circuiti devono essere di tipologie diverse, sempre tra quelle presente in questo Regolamento Tecnico Sportivo.
- b) GLI INVITI UFFICIALI agli eventi dovranno essere autorizzati dall'EPS di riferimento (secondo specifica prassi) attraverso il Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco a cui dovranno essere inviati (owl.marco@gmail.com) anticipatamente (poi divulgati anche dall'ASD organizzatrice).
- c) Per la CLASSIFICA GENERALE "individuale" dei Circuiti per ogni arciera si sommano i suoi migliori punteggi ottenuti in un numero di raduni (di tipologie differenti) indicato dallo specifico Circuito. Ogni arciera può partecipare in più Categorie ma, ai fini della classifica finale, deve scegliere solo una Categoria indicandola secondo la scadenza precisata.
- d) Se prevista, per la CLASSIFICA GENERALE "A SQUADRE" (ASD) del Circuito si sommano per ogni ASD i suoi miglior punteggi totali ottenuti in un numero di raduni (di tipologie differenti) indicato dallo specifico Circuito (ad esempio Regionale) o raduno. Le ASD acquisiscono punti nelle singole attività sportive sommando i migliori punteggi conseguiti da tre suoi arcieri partecipanti (tra le varie Classi/Divisioni/Categorie) ma inserendo nel calcolo NON più di un solo eventuale Moderno.
- e) I risultati dei singoli raduni vanno comunicati tempestivamente al Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco per la stesura e la compilazione delle classifiche generali dei Circuiti che saranno pubblicate sul sito www.progettoarkan.it.





f) L'organizzazione dei CAMPIONATI NAZIONALI e dei TROFEI NAZIONALI (singole giornate dedicate a una specifica attività) è a carico del Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco che, assieme alle ASD e ai Tecnici coinvolti, gestirà tutto quanto concerne la programmazione e lo svolgimento dell'iniziativa.

g) I CAMPIONATI NAZIONALI sono annualmente due, uno INDIVIDUALE e uno A SQUADRE. A quello INDIVIDUALE si accede partecipando a minimo due raduni (Qualifiche Nazionali) di tipologie diverse. La classifica finale sarà stilata sommando i due migliori punteggi ottenuti in due raduni di qualifica (di tipologie diverse) più il punteggio della Finale (sempre Arkān Mix).

Al Campionato Nazionale a SQUADRE (sempre Arkān Mix) si accede liberamente e senza qualifiche preliminari. Le Squadre (che prendono il nome/acronimo dell'ASD seguito da un numero in caso di più squadre) sono composte da tre arcieri appartenenti alla stessa ASD e sempre con al massimo un solo eventuale Moderno. È possibile anche che un solo arciere di una squadra possa appartenere anche ad una seconda squadra, purché costituita con arcieri diversi, non presenti in altre squadre (esempio: Squadra 1: a-b-c, Squadra 2: a-d-e). Solo i Giovani possono far parte di due Squadre indipendentemente dai componenti delle stesse. Squadre non regolarmente costituite o arcieri singoli potranno partecipare al Trofeo ma non rientreranno in classifica.

h) Le PREMIAZIONI dei Circuiti Provinciali/Regionali/Interregionali, del Campionato Nazionale Individuale e dei Trofei Nazionali devono essere realizzate seguendo la classifica "individuale" secondo Classi/Divisioni/Categorie, così come per i singoli raduni. A discrezione dell'organizzazione è possibile eseguire le premiazioni (anche) secondo una classifica "assoluta" comprendente tutti i partecipanti senza distinzioni di Classi/Divisioni/Categorie in cui premiare i primi tre arcieri delle due fasce di merito: A con punteggio (bonus compresi) uguale/superiore al 50% di punti totali possibili nel raduno specifico, B con punteggio (bonus compresi) inferiore al 50% di punti totali possibili nel raduno specifico.

Le premiazioni "a squadre" avvengono sempre secondo una classifica unica in cui si premiano le prime tre che abbiano ottenuto i punteggi totali più alti (pari alla somma dei punti individuali dei tre componenti della squadra/ASD).

Le premiazioni delle eventuali classifiche "ospiti" sono a discrezione dell'ASD organizzatrice.

i) I raduni inseriti in Circuiti di vario livello e quelli di qualifica al Campionato Nazionale Individuale (*ranking list* nazionale) sono considerati VALIDI esclusivamente se vi prendano parte arcieri di almeno due ASD differenti.

Art.6 - Partecipazione, Norme Comportamentali e di Sicurezza

- a) La PARTECIPAZIONE alle iniziative sportive PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco è aperta:
- I. ad arcieri tesserati regolarmente all'EPS e in possesso del certificato medico in corso di validità come richiesto dalla normativa;
 - II. ad atleti di altre realtà arcieristiche (a discrezione dell'organizzazione, secondo normativa dell'EPS e regolamentazioni assicurative) in possesso di regolare tessera dell'EPS/Federazione di appartenenza e del certificato medico richiesto. Essi possono partecipare alle amichevoli, ai raduni di qualifica, ai Campionati e Trofei Nazionali ma non compaiono nelle classifiche o, a discrezione dell'organizzazione, sono inseriti in una classifica separata da quella degli arcieri del punto precedente, denominata "Classifica Ospiti" (per Classi/Divisioni/Categorie o unica).





PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



Essi, comunque, non possono essere inseriti nelle *ranking list* né concorrere ai Campionati/Trofei Nazionali;

III. a un pubblico non arcieristico (per le iniziative di carattere divulgativo).

- b) L'arciere partecipante è tenuto a CONOSCERE E RISPETTARE le normative che regolano l'EPS a cui PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco ha aderito, questo Regolamento Tecnico-Sportivo e i Regolamenti delle singole attività, uniformando il proprio comportamento ai principi della correttezza e della lealtà sportiva, al buon senso e al rispetto di tutti nonché dell'ambiente in cui si svolge l'attività.
- c) PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco, nel rispetto del *fair play* e della salute psico-fisica di tutti, si adegua alle norme *ANTIDOPING* dell'EPS con cui collabora.
- d) L'arciere deve accogliere disciplinatamente le disposizioni e le decisioni nonché i tiri proposti dagli organizzatori, adattandosi alle condizioni imposte dalla situazione creata.
- e) L'arciere aderente è responsabile dello stato di efficienza della propria *ATTREZZATURA* e di eventuali danni da essa provocati.
- f) Per partecipare alle iniziative PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco ciascun arciere dovrà scrivere obbligatoriamente su ogni sua freccia, in prossimità dell'impennaggio, il proprio nome, cognome (e/o soprannome) e l'ASD di appartenenza.
- g) L'arciere può iniziare la propria *SEQUENZA DI TIRO* solo dopo essersi accertato che gli altri arcieri ed eventuali accompagnatori o animali siano tutti alle sue spalle (dietro al totem nei raduni). Deve inoltre accertarsi che nel cono visivo guardando il bersaglio non vi siano o non stiano entrando persone o animali.
- h) Tutte le fasi di tiro, dall'inizio della *TRAZIONE* allo scocco della freccia, devono avvenire inderogabilmente in direzione del bersaglio e, in caso di bersagli mobili e di tiro al volo, SOLO all'interno della zona specificatamente delimitata (finestra di tiro).
La trazione può essere effettuata o dal basso o con la freccia parallela al suolo e la punta rivolta al bersaglio, MAI verso l'alto. Non sono ammesse eccezioni di alcun tipo.
- i) In tutte le situazioni in cui potrebbe esserci un movimento dell'arciere con freccia incoccata, è obbligatorio che lo spostamento avvenga sempre con la punta della freccia rivolta verso il basso e tenendo le dita sulla corda dell'arco.
- j) L'arciere al tiro deve posizionarsi adeguatamente e *STABILMENTE* per eseguire il tiro, senza mai avere il rischio di perdere l'equilibrio o di urtare l'attrezzatura contro eventuali ostacoli vicini.
- k) Durante le attività PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco è vietato scoccare frecce non correttamente posizionate, mal incoccate o presumibilmente non integre in ogni loro parte. In nessun caso al di fuori del proprio turno di tiro si può comunque tendere l'arco con la freccia incoccata né eseguire tiri.
- l) Mai è consentito di tendere l'arco carico (anche senza freccia) in direzione di persone, animali e cose. Unica eccezione sono specifiche attività regolamentate (ad esempio l'Archery Contest).
- m) L'arciere deve rigorosamente seguire le segnalazioni indicanti il *PERCORSO* senza mai procedere in altro senso.

La *DIREZIONE* da seguire dopo il recupero (R) delle frecce, da intendersi sempre guardando il bersaglio dal totem, è indicata con le sigle R: Ritorno, SX: dirigersi a Sinistra, DX: dirigersi a Destra.

Ideatore e Responsabile: [Marco Mustardino](mailto:owl.marco@gmail.com), owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



- n) Gli arcieri che raggiungono una piazzola ancora occupata dalla Pattuglia che li precede sono tenuti a non arrecare alcun disturbo mantenendosi ad adeguata distanza dal totem di piazzola.
- o) Salvo indicazioni differenti riportate sul totem, è possibile avvicinarsi ai bersagli e andare al recupero delle frecce solo dopo la conclusione di tutti i tiri di ogni arciere in Pattuglia.
- q) Concluse le sequenze di tiro, segnati i punteggi e recuperate le frecce, la Pattuglia deve lasciare la piazzola al massimo al sopraggiungere della Pattuglia che segue. Eventuali frecce fuori bersaglio potranno essere cercate al termine della manifestazione.

Art.7 - Responsabilità e Interventi Disciplinari

- a) Durante lo svolgimento di manifestazioni, raduni, Circuiti e Campionati/Trofei Nazionali PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco la RESPONSABILITÀ GIURIDICA e della SICUREZZA è, secondo normativa di legge, a carico dell'ASD organizzatrice.
- b) Nelle attività sportive PROGETTO ARKÂN®, in accordo con l'EPS di riferimento, si potrebbe prevedere la presenza di una figura riconosciuta dallo stesso EPS (Ufficiale di Gara/Giudice di Gara/Arbitro) adibita ad assicurare la regolarità dell'iniziativa secondo specifico Regolamento approvato dal Settore Nazionale Tiro con l'Arco con cui PROGETTO ARKÂN® collabora.
- c) l'ASD organizzatrice deve garantire la piena sicurezza del percorso del raduno e/o della manifestazione in genere e intervenire per ripristinare, dove possibile e anche durante lo svolgimento dell'attività, la sicurezza in caso di carenza della stessa.
- d) In caso di particolare necessità si potrà applicare nei confronti degli arcieri partecipanti alle iniziative i seguenti INTERVENTI DISCIPLINARI OPEROSI:
 - I. richiamo verbale, per violazioni considerate di lieve e modesta gravità;
 - II. allontanamento, per gravi trasgressioni o inadempienze continuative (più richiami verbali, anche se per inosservanze diverse).
- e) Eventuali comportamenti inadeguati potranno compromettere il rapporto fiduciario tra PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco e chi partecipa alle sue attività: ne deriva da parte del Responsabile l'attuazione di provvedimenti proporzionati all'importanza dell'inosservanza in base alle norme dell'EPS e alla legislazione italiana.
- f) In caso di manifestazioni promozionali/divulgative PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco, in cui ci sia un primo contatto con il tiro con l'arco da parte di un pubblico non arcieristico, è obbligatorio che i tiri siano effettuati con l'assistenza solo di Tecnici abilitati e riconosciuti dall'EPS.

Art.8 - Regolamenti Sportivi dei singoli Raduni

- a) Restando inteso che per quanto concerne Classi/Divisioni/Categorie ammesse ai raduni, partecipazione, norme comportamentali e di sicurezza, eccetera, si faccia riferimento al presente Regolamento Tecnico-Sportivo, si precisa che le singole attività PROGETTO ARKÂN® (autorizzate dal Settore Nazionale dell'EPS di appartenenza e con codice CONI DQ001 - Tiro con l'Arco 3D) prevedono specifici regolamenti di seguito riportati.

In caso le ASD organizzatrici non riescano ad applicare questi Regolamenti ma desiderino comunque organizzare il raduno, contattare il Responsabile PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco per poter avere un'eventuale deroga per la specifica attività sportiva e vedere comunque autorizzata a tutti gli effetti l'iniziativa da parte del Settore Nazionale Tiro con l'Arco a cui si fa riferimento.





ARKĀN MIX

(raduno dedicato a tutti gli *arkān* riuniti: precisione, potenza, destrezza e mobilità)

A cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®

Regolamento redatto a giugno 2019. Ultima revisione (che annulla le precedenti): aprile 2022

1. PERCORSO

a) Minimo 12 PIAZZOLE allestite secondo le seguenti tipologie di tiro:

- almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della PRECISIONE;
- almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della POTENZA;
- almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della DESTREZZA;
- almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della MOBILITÀ (bersaglio e/o arciere);
- almeno 3 PIAZZOLE a TEMPO;
- le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione.

È comunque opportuno creare situazioni di tiro in cui siano presenti più *arkān* insieme.

b) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 35 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).

c) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per i Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficoltosi).

Può esser introdotto anche il picchetto di color blu per la classe Ragazzi (posizionato a una distanza intermedia tra il picchetto Adulti e quello Giovani) e uno di partenza di color bianco per i tiri a tempo.

In alternativa ai picchetti è possibile creare (mai per il tiro a volo) apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.

d) Per le piazzole dedicate al TIRO A VOLO occorre predisporre zone rispettando le misure e le indicazioni come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco nonché avere in faretra e usare SOLO FLU-FLU che abbiano gittata massima di 80 metri tirate a 45° verso l'alto.

2. PUNTEGGI E SCORE

a) PUNTI TOTALI da distribuire liberamente tra numero di frecce e bonus: 600.

b) PUNTEGGI riportati sullo *score*: super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = -5 punti, bersaglio al volo e rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.

c) BONUS obbligatori (10 punti cadauno, da aggiungere al punteggio ottenuto anche se zero): numero a discrezione dell'organizzazione.

d) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato *l'ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO.





MOVING ARCHERY

(raduno dedicato prevalentemente all'*arkān* della mobilità)

Ideato da e a cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®

Regolamento redatto a giugno 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): aprile 2022

1. PERCORSO

- a) Minimo 12 PIAZZOLE (oppure 6 o più da ripetere due volte) allestite con:
- almeno 2 piazzole con solo il bersaglio mobile;
 - almeno 2 piazzole con solo l'arciere mobile;
 - almeno 1 piazzola con bersaglio e arciere mobile;
 - consigliata (non obbligatoria) 1 piazzola dedicata al tiro a volo puro;
 - le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione ma devono in ogni caso prevedere sempre l'*arkān* della MOBILITÀ come caratteristica predominante.

Si suggerisce di creare anche tiri aggiungendo situazioni legate agli *arkān* della precisione, della potenza e della destrezza (compreso tiri a tempo limitato).

- b) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 20 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).
c) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per i Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficili).

Per i tiri a tempo può esser introdotto anche un picchetto di partenza di color bianco per i tiri a tempo.

In alternativa ai picchetti è possibile creare (mai per il tiro a volo) apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.

- d) Per le piazzole dedicate al TIRO A VOLO occorre predisporre zone rispettando le misure e le indicazioni come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco nonché avere in faretra e usare SOLO FLU-FLU che abbiano gittata massima di 80 metri tirate a 45° verso l'alto.

2. PUNTEGGI E SCORE

- a) PUNTI TOTALI da distribuire liberamente tra numero di frecce e bonus: 600.
b) PUNTEGGI riportati sullo *score*: super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = 0 punti, bersaglio al volo e rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.
c) BONUS obbligatori (10 punti cadauno, da aggiungere al punteggio ottenuto anche se zero): numero a discrezione dell'organizzazione.
d) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato *l'ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO.





NOTTURNA

(raduno dedicato agli *arkān* riuniti in condizione di buio)

Ideato da e a cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®

Regolamento redatto a settembre 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): aprile 2022

1. PERCORSO

- a) Minimo 12 PIAZZOLE allestite secondo le seguenti tipologie di tiro:
- almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della PRECISIONE;
 - consigliata almeno 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della POTENZA;
 - almeno 2 PIAZZOLE dedicate prevalentemente all'*arkān* della DESTREZZA;
 - consigliata 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della MOBILITÀ (solo bersaglio);
 - le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione. È comunque possibile creare situazioni di tiro in cui siano presenti più *arkān* insieme.

Tutti i bersagli devono essere sempre illuminati (parzialmente o totalmente) e/o muniti di apposita *star light* (non gialla) o di altra fonte luminosa nel Super Spot.

Gli arcieri (ed eventuali accompagnatori) devono essere provvisti di personale luce (preferibilmente frontale) da usare obbligatoriamente per gli spostamenti.

Su tutte le frecce deve essere posta almeno una *star light* esclusivamente gialla. NON è possibile usare cocche con luce fissa.

Ogni arciere può decidere di volta in volta se tirare tenendo la personale e/o l'altrui luce accesa.

- b) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 20 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).
- c) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per i Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficoltosi).
- Può esser introdotto anche il picchetto di partenza di color bianco per i tiri a tempo.
- In alternativa ai picchetti è possibile creare (mai per il tiro a volo) apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.
- d) Per le piazzole dedicate al TIRO A VOLO occorre predisporre zone rispettando le misure e le indicazioni come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco nonché avere in faretra e usare SOLO FLU-FLU che abbiano gittata massima di 80 metri tirate a 45° verso l'alto.

2. PUNTEGGI E SCORE

- a) PUNTI TOTALI da distribuire liberamente tra numero di frecce e bonus: 600.
- b) PUNTEGGI riportati sullo *score*: super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = 0 punti, bersaglio al volo e rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.
- c) BONUS obbligatori (10 punti cadauno, da aggiungere al punteggio ottenuto anche se zero): numero a discrezione dell'organizzazione.
- d) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato l'*ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO.





SPEED AND SKILL

(raduno dedicato prevalentemente all'arkān della destrezza/velocità)

Ideato da e a cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®

Regolamento redatto a giugno 2019. Ultima revisione (che annulla le precedenti): aprile 2022

1. PERCORSO

a) Minimo 12 PIAZZOLE allestite secondo le seguenti tipologie di tiro:

- almeno 6 PIAZZOLE dedicate all'arkān della DESTREZZA;
- almeno 1 PIAZZOLA dedicata all'arkān della DESTREZZA più quello della MOBILITÀ (arciere e/o bersaglio);
- almeno 1 PIAZZOLA dedicata all'arkān della DESTREZZA più quello della POTENZA;
- le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione ma devono in ogni caso prevedere sempre l'arkān della DESTREZZA come caratteristica predominante;
- metà delle piazzole totali realizzate sono a TEMPO LIMITATO, a discrezione dell'organizzazione ma sempre con un tempo compreso tra 10" e 15" per le piazzole con 2 frecce, tra 15" e 20" per le piazzole con 3 frecce, tra 20" e 25" per le piazzole con 4 frecce, tra 25" e 30" per le piazzole con 5 frecce, tra 30" e 35" per le piazzole da 6 frecce (e così via).

Si migliora di 5" se si prevede il picchetto di partenza e, volendo, per la classe Giovani.

b) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 25 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).

c) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficoltosi).

Può esser introdotto anche il picchetto di color blu per la classe Ragazzi (posizionato a una distanza intermedia tra il picchetto Adulti e quello Giovani) e uno di partenza di color bianco per i tiri a tempo.

In alternativa ai picchetti è possibile creare (mai per il tiro a volo) apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.

d) Per le piazzole dedicate al TIRO A VOLO occorre predisporre zone rispettando le misure e le indicazioni come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco nonché avere in faretra e usare SOLO FLU-FLU che abbiano gittata massima di 80 metri tirate a 45° verso l'alto.

2. PUNTEGGIO E SCORE

a) PUNTI TOTALI da distribuire liberamente tra numero di frecce e bonus: 600.

b) PUNTEGGI riportati sullo score: super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = 0 punti, bersaglio al volo e rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.

c) BONUS obbligatori (10 punti cadauno, da aggiungere al punteggio ottenuto anche se zero): numero a discrezione dell'organizzazione.

d) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato l'ex aequo o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO.





SPOT TRAIL

(raduno dedicato prevalentemente all'arkān della precisione)

Ideato da e a cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®

Regolamento redatto a giugno 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): aprile 2022

1. PERCORSO

- a) Minimo 12 PIAZZOLE allestite secondo le seguenti tipologie di tiro:
- almeno 5 PIAZZOLE dedicate al solo *arkān* della PRECISIONE;
 - almeno 1 PIAZZOLE dedicate all'*arkān* della PRECISIONE più quello della POTENZA;
 - almeno 1 PIAZZOLE dedicate all'*arkān* della PRECISIONE più quello della DESTREZZA;
 - almeno 1 PIAZZOLE dedicate all'*arkān* della PRECISIONE più quello della MOBILITÀ (del solo bersaglio. Non sono previsti tiri a volo);
 - le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione ma devono in ogni caso prevedere sempre l'*arkān* della PRECISIONE come caratteristica predominante.
- b) NON SONO PREVISTI tiri a tempo per le piazzole dedicate al solo *arkān* della precisione.
- c) NUMERO DI FRECCHE: per tiri entro i 20 metri da ogni picchetto/area di tiro si tira massimo 1 FRECCIA ad ogni bersaglio; per tiri con distanza compresa tra 20 e 30 metri da ogni picchetto/area di tiro si tirano massimo 2 FRECCHE ad ogni bersaglio.
- d) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 30 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).
- e) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per i Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficili).

Può esser introdotto anche il picchetto di color blu per la classe Ragazzi (posizionato a una distanza intermedia tra il picchetto Adulti e quello Giovani) e uno di partenza di color bianco per i tiri a tempo.

In alternativa ai picchetti è possibile creare apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.

2. PUNTEGGI E SCORE

- a) PUNTI TOTALI da distribuire liberamente tra numero di frecce e bonus: 600.
- b) PUNTEGGI riportati sullo *score*: super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = 0 punti, bersaglio al volo e rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.
- c) BONUS obbligatori (10 punti cadauno, da aggiungere al punteggio ottenuto anche se zero): numero a discrezione dell'organizzazione.
- d) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore chi ha ottenuto la somma più alta di Super Spot e Spot. In caso di ulteriore parità si verifica il numero più alto di Super Spot. Se persiste ancora una situazione di parità viene proclamato l'*ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può esser previsto uno SPAREGGIO.





TIRO A VOLO

(raduno dedicato all'arkān della mobilità e al tiro a volo puro)

Ideato da e a cura di: *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®, e *Antonio Sarubbi*
Regolamento redatto a giugno 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): luglio 2020

1. PERCORSO E NORME GENERALI

- a) È tassativo usare e avere in faretra SOLO FRECCHE FLU-FLU, che abbiano gittata massima di 80 metri senza alcun rimbalzo tirate a 45° verso l'alto. Arcieri che usino frecce non idonee non saranno ammessi. Al fine di evitare spiacevoli situazioni, è consigliabile prima dell'inizio del raduno (da parte dell'ASD organizzatrice) verificare la gittata delle frecce facendone scoccare almeno tre ad ogni arciera partecipante con inclinazione di tiro a 45°.
- b) L'allestimento dell'area di gioco e di ogni piazzola deve rispettare le norme previste dal Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco.
- c) Il percorso può essere formato da un numero variabile di postazioni di tiro (comunque minimo due), da ripetere più volte fino al raggiungimento del numero minimo di frecce previsto. In caso di un numero alto di partecipanti e/o di poche piazzole allestite da dover ripetere, occorrerà istituire dei turni di tiro alternando le varie Pattuglie, eventualmente organizzando altre situazioni di tiro/gioco per gli arcieri in attesa.

In ogni piazzola non si tirano mai meno di 3 frecce.

- d) DISTANZA massima del PICCHETTO:
- 8 metri per i Giovani (picchetto rosso);
 - 10 metri per Ragazzi e Adulti (picchetto blu facoltativo);
 - 12 metri per Adulti (picchetto giallo).
- e) È possibile che alcune piazzole presentino un TEMPO (non inferiore a 7 e non superiore a 12 secondi) tra un lancio e l'altro dei bersagli. Esso non può essere scandito in alcun modo ma a discrezione dell'organizzazione potranno essere riprodotti segnali acustici e/o visivi ad ogni lancio cadenzato.
- f) I tiri proposti devono essere solo di volo puro: almeno la metà delle piazzole devono prevedere PARABOLE verticali, le altre possono avere tiri con parabole orizzontali da dx a sx e viceversa, da dietro, in diagonale, eccetera, con altezze, velocità, inclinazioni e difficoltà variabili.
- g) È possibile visionare le parabole di ogni piazzola prima dell'inizio dei turni di tiro delle singole pattuglie. OGNI ARCIERE TIRA SEMPRE DA SOLO.
- h) Se il RECUPERO delle frecce non può essere effettuato separatamente in ogni piazzola esso deve essere eseguito contemporaneamente da tutte le pattuglie. In questo caso è obbligatorio che il recupero sia dichiarato ad alta voce e confermato da tutte le pattuglie.

2. BERSAGLI E TIRI

- a) I BERSAGLI possono essere piattelli e/o palloni di spugna, entrambi di varie dimensioni.
- b) Le MACCHINE utilizzate devono essere o del tipo presenti in commercio o di fabbricazione artigianale purché sicure nella loro costruzione e nel loro utilizzo, comunque sempre debitamente testate in precedenza. È opportuno far manovrare le macchine ad arcieri esperti, precedentemente e adeguatamente edotti sul funzionamento delle stesse (mai ai Giovani e preferibilmente nemmeno a Ragazzi).





- c) In fase di trazione LA PUNTA DELLA FRECCIA deve sempre essere rivolta o verso terra o verso l'interno della finestra di tiro definita.
- d) Eccezione fatta per i soli compound, l'arciere può andare in trazione solo dopo il VIA del manovratore o dopo il SEGNALE LUMINORO/SONORO per i tiri a tempo. Sarà premura del manovratore dire prima "via" e successivamente far partire il bersaglio.

3. PUNTEGGI E SCORE

- a) PUNTI TOTALI: 600.
- b) PUNTEGGIO riportato sullo *score*: bersaglio colpito (con freccia, o parte di essa, conficcata) = 10, altro = 0.
Non è previsto alcun punteggio se la freccia non rimane piantata nel bersaglio quando questo cade a terra: solo per la Categoria Giovani, secondo quanto previsto dal Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco, potrà essere accordato il punteggio (10 punti) se la freccia colpendo il bersaglio visibilmente con la punta non vi rimanesse conficcata.
Il punteggio di ogni arciera viene segnato sullo *score* appena terminato il suo turno di tiro.
- c) Non sono previsti BONUS aggiuntivi.
- d) Se a fine raduno vi fosse un punteggio pari tra più arcieri collocati nelle prime tre posizioni si procederà con uno spareggio (gli arcieri tirano da soli) su cinque tiri con parabola verticale: si aggiudica lo spareggio chi colpisce più piattelli. In caso persistesse una situazione di parità dopo un determinato numero di tentativi (a discrezione dell'organizzazione) potrà essere proclamato l'*ex aequo* o esser svolto uno SPAREGGIO con lo scontro diretto.





DOUBLE CHALLENGE

(raduno dedicato a tutti gli *arkān* riuniti: precisione, potenza, destrezza e mobilità)

Da un'idea di *Edoardo Menegon* - a cura di *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®
Regolamento redatto a giugno 2022

1. NOTE INTRODUTTIVE

- a) Questa attività può essere organizzata esclusivamente come raduno amichevole.
- b) Ha come finalità: la possibilità di allenare e verificare le proprie capacità tecniche anche con strategie di gioco condivise; l'aggregazione tra arcieri con ogni tipologia d'arco; affiancare Giovani e Ragazzi, neofiti e arcieri meno esperti, per sostenere la loro crescita arcieristica.

2. PERCORSO E SVOLGIMENTO

- a) Minimo 12 PIAZZOLE allestite secondo le seguenti tipologie di tiro:
 - almeno 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della PRECISIONE;
 - almeno 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della POTENZA;
 - almeno 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della DESTREZZA;
 - almeno 1 PIAZZOLA dedicata prevalentemente all'*arkān* della MOBILITÀ (bersaglio e/o arciere);
 - almeno 1 PIAZZOLA a tempo;
 - le restanti piazzole sono a libera scelta dell'organizzazione (NON È PREVISTO il tiro a volo). È comunque opportuno creare situazioni di tiro in cui siano presenti più *arkān* insieme.

b) DISTANZA massima (sempre sconosciuta): 30 metri (escluso tiri particolari con frecce flu-flu).

c) PICCHETTI: giallo per Ragazzi e Adulti e rosso per i Giovani (posizionato a distanza minore per i tiri più lunghi e/o difficili).

Può essere introdotto anche il picchetto di color blu per la classe Ragazzi (posizionato a una distanza intermedia tra il picchetto Adulti e quello Giovani) e uno di partenza di color bianco per i tiri a tempo.

In alternativa ai picchetti è possibile creare apposite AREE DI TIRO adeguatamente delineate.

d) SVOLGIMENTO: ad inizio raduno saranno formare le coppie (estrazione a sorte) e poi le PATTUGLIE (con minimo due e massimo tre coppie). In ogni PIAZZOLA sarà richiesta al primo arciere al tiro (a scelta delle coppie) una specifica prova che, se superata, darà al secondo arciere delle agevolazioni; in caso contrario il secondo arciere eseguirà i tiri con le stesse modalità del primo.

3. PUNTEGGI E SCORE

- a) Non ci sono limiti ai PUNTI TOTALI da distribuire liberamente (NON sono previsti BONUS).
- b) PUNTEGGI riportati sullo *score* (si sommano i punti di entrambi gli arcieri): super spot = 15 punti, spot = 10 punti, sagoma = 5 punti, altro = 0 punti, bersaglio rotolante (colpito: freccia conficcata) o di altro genere = a discrezione dell'organizzazione.
- c) Se a fine raduno vi sia una situazione di PARITÀ tra due o più coppie di arcieri, ai fini della classifica occupa il gradino superiore quella che ha superato più *challenge* (indicate sullo *score*). Se persistesse ancora una situazione di parità si premia la coppia che ha ottenuto più Super Spot. In caso di ulteriore parità, viene proclamato *l'ex aequo* o, a discrezione dell'organizzazione, può essere previsto uno SPAREGGIO.





ACTIVE SHOOTING ARCHERY

(raduno dedicato prevalentemente agli *arkān* della destrezza e della mobilità)

Ideato da *Celestino Poletti* - a cura di *Marco Mustardino*, Responsabile PROGETTO ARKĀN®
Regolamento redatto a settembre 2021

1. NOTE INTRODUTTIVE

- a) Questa attività può essere organizzata sia come raduno (o parte di esso) sia come allenamento sia come avvicinamento al Tiro Dinamico con l'Arco.
- b) Come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® generale si può usare qualsiasi tipologia di freccia e componentistica della stessa (resta vietato l'uso di punte da caccia, lame di ogni tipo, quadrelle e similari).
- c) Sono ammessi tutti i tipi di archi tranne i compound.
- d) Vista la tipologia di attività, l'organizzazione può prevedere Classi, Divisioni e Categorie come da Regolamento Tecnico-Sportivo PROGETTO ARKĀN® oppure fare un'unica classifica.
- e) I Giudici di Gara sono tre, di cui un Cronometrista.

2. BERSAGLI E PUNTEGGI

- a) I BERSAGLI sono visuali tonde di 33 centimetri di diametro con un centro (spot di color rosso) di 10 centimetri di diametro.
- b) I PUNTEGGI riportati sulla tabella compilata dai Giudici di Gara sono: spot = 10, sagoma = 5 punti, altro (bersaglio non colpito, freccia non tirata, ecc) = 0 punti.
- c) Ogni secondo risparmiato da quelli previsti a disposizione dell'arciere per eseguire la prova, si trasformerà in punti e saranno aggiunti a quelli realizzati con i tiri.
- d) Sono previste delle PENALITÀ, come specificate nel paragrafo successivo.
- e) Oltre alle penalità previste, l'arciere che deciderà di non eseguire un esercizio sarà penalizzato di 30 punti.
- f) Se, durante la prova, una o più frecce dovessero cadere a terra, l'arciere potrà recuperarla/e senza aggiunta di alcuna penalità.

3. PERCORSO

- a) Il CAMPO di gioco è un quadrato di 10x10 metri posto a 10 metri dai bersagli.
- b) Il campo è predisposto per arcieri destrorsi, quindi gli arcieri mancini tireranno dopo che il campo sarà risistemato specularmente per i tiri delle postazioni nn.3 e 6.
- c) I BERSAGLI sono 3 e sono posti a una DISTANZA di circa 11 metri dalla postazione più vicina (n.1) e a circa 19 metri dalla postazione di tiro più lontana (inizio della n.3). Occorre prevedere dietro di essi una giusta protezione di sicurezza (ad esempio: rete battifreccia o terrapieno) più ampia e alta dello spazio usato per i bersagli.
- d) È previsto un TEMPO massimo per effettuare la prova che, a discrezione dell'organizzazione, può essere di 150 o 180 secondi in base alle postazioni di tiro allestite (8 o 9): il tempo partirà al "via" del Cronometrista (seguito al "pronto" dell'arciere) e sarà fermato quando l'arciere, dopo aver scoccato l'ultima freccia, si fermerà in posizione eretta.
- e) NUMERO DI FRECCIE: per ogni tipologia di tiro saranno scagliate 3 frecce, per un totale di 24 frecce con 8 postazioni di tiro oppure di 27 frecce con 9 postazioni.

Ideatore e Responsabile: *Marco Mustardino*, owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



- f) POSTAZIONI/AREE DI TIRO DI TIRO: massimo 9 allestite secondo le seguenti tipologie:
1. tiro camminando - bersagli 1, 2 e 3 / viceversa per mancini: tutta la sequenza di tiro deve avvenire camminando nell'area di tiro delimitata (lunga dal primo all'ultimo bersaglio, cioè 10 metri). Ogni volta che l'arciere si ferma: 2 punti di penalità; se si ferma per tirare: 5 punti di penalità.
 2. arciera che ruota su se stessi in senso antiorario (per 3 volte) - bersaglio 3 / bersaglio 1 per mancini: l'incocco avviene mentre si ruota a spirale allontanandosi dal bersaglio tenendo SEMPRE la punta della freccia verso il basso; il tiro può essere effettuato da fermo ma l'arco può essere teso SOLO in direzione del bersaglio. Se l'arciere si ferma per incoccare: 5 punti di penalità.
 3. slalom tra paletti alti almeno 150 cm e distanti 180 cm tra loro - bersaglio 1 / bersaglio 3 per mancini: l'arciere entrando nella porta dello slalom (due pali a distanza di 150 cm) scocca la prima freccia, cammina, incocca e tira la seconda freccia posizionandosi accanto al terzo palo e l'ultima accanto al quinto e ultimo (sempre passando a slalom tra i pali); il tiro può essere effettuato da fermo ma non oltre l'ultimo palo. Se l'arciere si ferma per incoccare: 5 punti di penalità.
 4. tiri su una gamba - bersaglio 1 / bersaglio 3 per mancini (posizionandosi dietro la prima croce): si tira alternando ad ogni scocco la gamba sollevata (il piede della gamba sollevata deve essere appoggiato alla piega interna del ginocchio di quella di appoggio); il tiro è effettuato da fermo. Se l'arciere stacca il piede sollevato dalla gamba d'appoggio: 5 punti di penalità.
 5. tiri sulle tre croci con posizioni diverse – bersagli 1, 2 e 3 / viceversa per mancini: l'arciere si posiziona in successione sulle tre croci (che misurano cm 80x12 e cm 12 di altezza) tirando sulla prima in posizione frontale, sulla seconda in posizione laterale e sulla terza di spalle. Se si usano tre braccia di ogni croce oppure si mette un piede a terra durante il tiro: 5 punti di penalità. Nel tiro di spalle se si tende l'arco prima di averlo rivolto al bersaglio o si punta la freccia verso direzioni diverse dal bersaglio: prova finita e annullata.
 6. tiri di spalle con gambe piegate - bersaglio 3 / bersaglio 1 per mancini (posizionandosi dietro la terza croce): con le gambe piegate, la schiena e i talloni paralleli rivolti al bersaglio, si ruota il busto verso il bersaglio e si tira (l'incocco avviene con lo sguardo rivolto in direzione opposta al bersaglio); la trazione e il tiro possono avvenire (anche da fermo) SOLO a rotazione del busto terminata, che a sua volta si effettua SEMPRE tenendo la punta della freccia verso il basso. In caso si tenda l'arco prima di averlo rivolto al bersaglio o si punta la freccia verso direzioni diverse dal bersaglio: prova finita e annullata.
 7. tiri con piegamenti sulle gambe - bersaglio 2 (posizionandosi davanti la seconda croce): l'arciere si accovaccia sulle gambe, l'incocco può avvenire anche da fermo ma solo nella posizione accovacciata; il tiro deve essere effettuato sempre mentre le gambe si stanno raddrizzando per raggiungere la posizione eretta. Se l'arciere si ferma e poi tira: 5 punti di penalità.
 8. tiri in ginocchio - bersaglio 2 (posizionandosi nella stessa area del tiro precedente): l'incocco e i tiri possono avvenire con le tempistiche che più aggradano all'arciere, purché siano effettuati sempre tenendo almeno un ginocchio a terra.
 9. tiri da sdraiati (facoltativo) - bersaglio 2 (posizionandosi nella stessa area del tiro precedente): l'incocco e i tiri possono avvenire con le tempistiche che più aggradano all'arciere, purché

Ideatore e Responsabile: *Marco Mustardino*, owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan

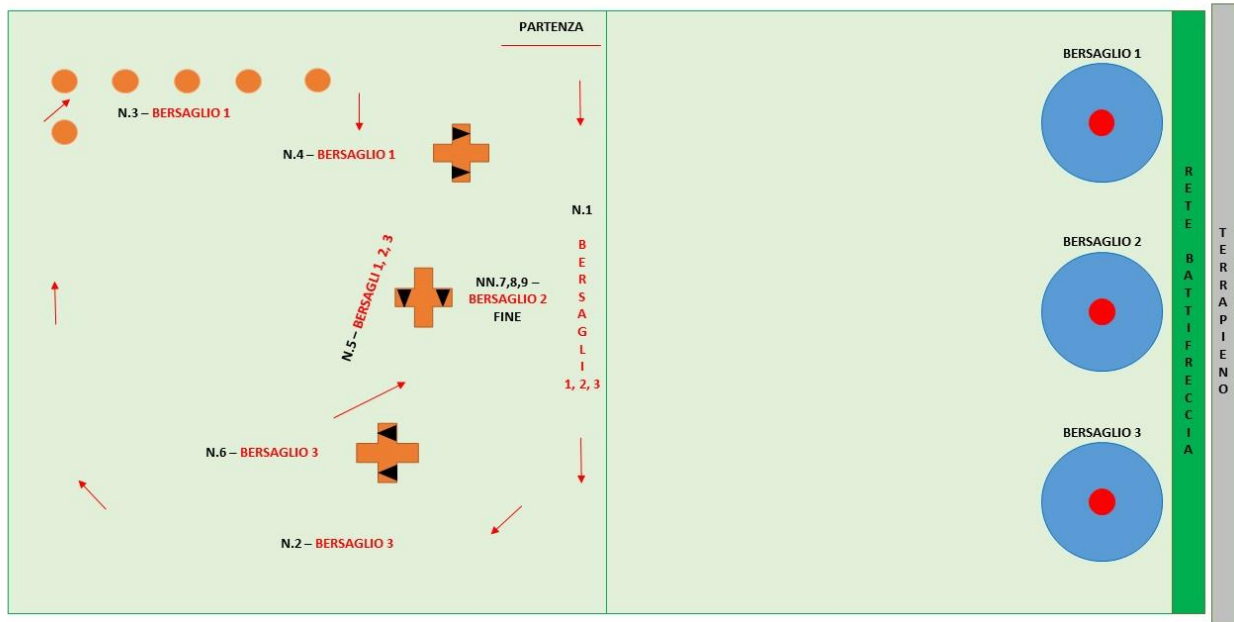


marco-mustardino

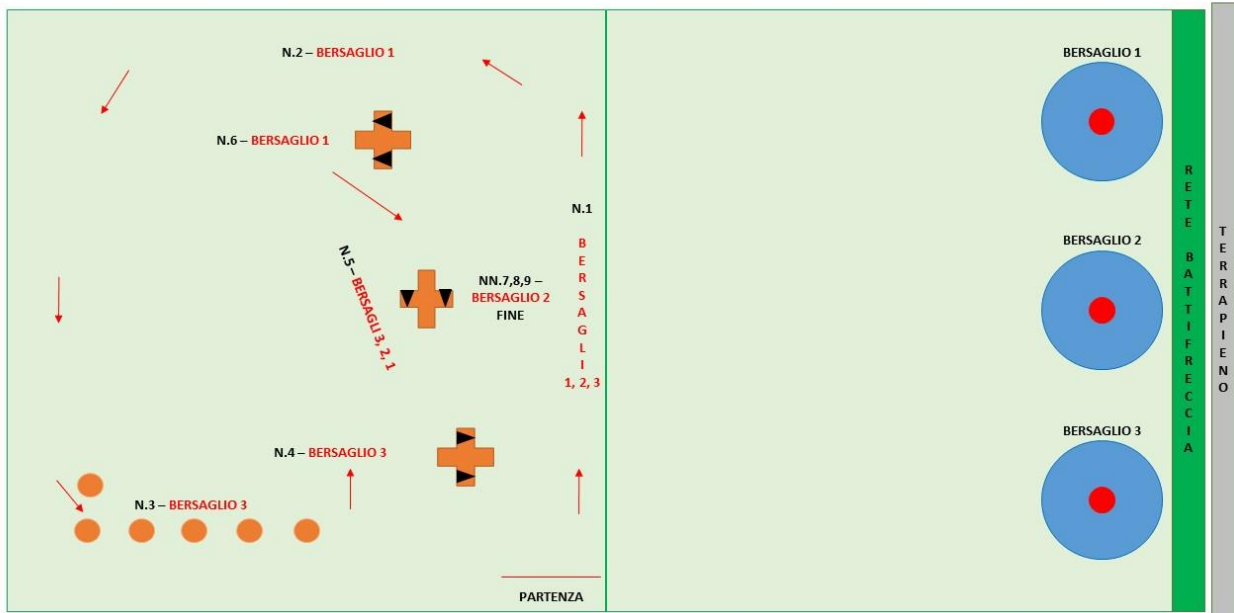
siano effettuati sempre nella posizione da sdraiati (supina o prona). Non è possibile sorreggere la freccia con la mano dell'arco, se accade: 5 punti di penalità.

g) Di seguito sono riportati due schemi esemplificativi, campo per arcieri destrorso e campo per arcieri mancino:

CAMPO PER ARCIERE DESTROSO



CAMPO PER ARCIERE MANCINO





ARCHERY CONTEST

(raduno dedicato a tutti gli *arkān* riuniti: precisione, potenza, destrezza e mobilità)

A cura di: *Marco Mustardino* (Responsabile PROGETTO ARKĀN® Tiro Dinamico con l'Arco)
Documento redatto nel giugno 2017. Ultima revisione (che annulla le precedenti): febbraio 2024

1. GIOCO E PARTECIPAZIONE

- a) L'*Archery Contest* è una sfida tra due arcieri o due squadre composte da un minimo di due a un massimo di tre giocatori. È basato su tutti gli *arkān* ma esalta anche le qualità di rispetto, collaborazione, lealtà e sportività dei partecipanti.
- b) Il gioco è permesso a persone da 10 anni in su, che NON abbiano problematiche fisiche di tipo cardio-respiratorio, che non siano portatori di apparecchi elettromedicali o protesi di qualsiasi genere che possano impedire la pratica sportiva.
- c) Non vi è alcuna distinzione in divisione (maschile o femminile) o Categoria d'arco. I Ragazzi, a loro scelta, possono giocare con gli Adulti (i Giovani no). Nei Trofei Nazionali i Ragazzi gareggiano con gli Adulti.

2. DURATA

- a) Il match ha una DURATA di minimo 4 e massimo 6 minuti, in base alla circostanza e ai partecipanti.
- b) In caso di illuminazione/soleggiamento sfavorevoli a una parte del campo, la partita viene suddivisa in due TEMPI di ugual durata e i giocatori/le squadre cambiano campo lasciando le frecce in loro possesso a terra dove si trovano.

3. MATERIALI

- a) Gli ARCHI ammessi sono solo quelli ricurvi omologati per *soft archery*: Giovani: massimo 15 libbre; Ragazzi e Adulti: massimo 18 libbre (per i Tornei o i Trofei dedicati ad arcieri esperti: massimo 22 libbre).
- b) Possono essere usate esclusivamente FRECCHE omologate con aste in fibra di vetro, con tamponi morbidi incollati e alette a corpo unico in plastica.
- c) Le protezioni da indossare sono il parabraccio, il guantino (opzionale), mentre per il volto sono obbligatori occhiali integrali ad unica visiera omologati o altro tipo di protezione adatta a questo tipo di gioco. Le suddette protezioni, se non personali, sono da pulire/igienizzare dopo ogni utilizzo. È facoltativo l'uso di ulteriore materiale di protezione (non in dotazione): casco, ginocchiere e gomitiere, paraseno, conchiglia, mentoniera.
- d) È consigliato avere un abbigliamento comodo e scarpe adeguate alle superfici di gioco.
- e) Non è possibile indossare orecchini (soprattutto se pendenti), *piercing* al volto, collane, braccialetti, orologi, avere nelle tasche cellulari o altri oggetti.

4. CAMPO DI GIOCO

- a) Il campo di gioco può essere allestito sia al chiuso sia all'aperto con misure pari a 18x9 metri (stesso tracciato di un campo da pallavolo) ed è diviso in due metà: due Aree Neutre rettangolari, centrali e opposte di 3x9 metri, e due Aree di Gioco rettangolari di 6x9 metri, esterne alle Aree Neutre.
- b) È preferibile che le due aree di fondo campo siano chiuse da pareti solide; quando non possibile, è facoltativo (non obbligatorio) allestire una rete per ciascun lato corto adeguate a fermare le





PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco

Specialità
riconosciuta dal
Settore Nazionale
Tiro con l'Arco CSEN



freccie tampone. Queste reti devono essere alte minimo 3 metri e larghe 12 metri; vanno posizionate, centralmente, a distanza di massimo 5 metri dalla linea di fondo campo.

- c) Arbitri e Segnapunti si posizionano a bordo campo all'altezza della linea di metà campo.
- d) Il pubblico si colloca obbligatoriamente all'esterno delle linee longitudinali del campo in un'area larga non più di 9 metri e posizionata ad almeno 5 metri dal bordo campo in posizione centrale rispetto alla sua metà.
- e) A centro campo, sulla linea di mezzeria delle Aree Neutre, sono collocate a terra da 10 a 20 frecce e un pallone (di spugna se si gioca su erba non troppo alta, di gomma pesante o cuoio se si gioca su un pavimento/fondo più liscio).

5. SVOLGIMENTO

- a) I giocatori, disposti sulle rispettive linee di fondo campo, al VIA dell'Arbitro partono per andare a recuperare le frecce.
Le frecce sono prelevabili: ad inizio partita dalla riga centrale del campo, successivamente anche nella propria Area Neutra, nella propria Area di Gioco, o al suo esterno purché entro massimo 5 secondi.
- b) Durante il gioco l'arciere potrà avere solo una freccia. Le frecce NON possono essere prelevate con lo scopo di sottrarle all'avversario accumulandole nel proprio campo.
- c) Nelle partite a squadre un giocatore può passare una freccia al proprio compagno rigorosamente consegnandogliela in mano.
- d) Vince chi, al termine del tempo di gioco, ha realizzato più punti. In caso di parità il gioco prosegue con una *manche* supplementare di 1 minuto e vince chi realizza per primo un punto (colpendo l'avversario oppure ottenendo il punto per somma di penalità dell'avversario).
- e) Nell'Area Neutra NON si può:
 - permanere più di 5 secondi;
 - scoccare frecce;
 - entrare con la freccia incoccata;
 - incoccare la freccia;
 - prendere più di una freccia;
 - passare una freccia al compagno.

Le condizioni dell'Area Neutra si attivano appena il giocatore oltrepassa la linea di demarcazione anche con una sola parte del piede.

- f) Nell'Area di Gioco NON si può:
 - colpire l'avversario alla testa (penalità grave). Non è possibile cercare volontariamente di essere colpiti alla testa;
 - colpire l'avversario mentre è/entra nella sua Area Neutra;
 - oltrepassare con volo diretto della freccia (non deviato e senza rimbalzi) le linee lunghe del campo di gioco;
 - parare o fermare le frecce con l'arco;
 - prendere più di una freccia;
 - passare una freccia al compagno lanciandogliela;
 - stazionare al suo esterno se non per il recupero di una freccia.

Ideatore e Responsabile: [Marco Mustardino](mailto:owl.marco@gmail.com), owl.marco@gmail.com - 348.0936849

Maestro e Formatore Nazionale di Tiro con l'Arco

Mental Coach e Team Leader (professionista operante nell'ambito delle prerogative della Legge n. 4/2013)



www.progettoarkan.it



@progettoarkan



marco-mustardino



- g) In caso di colpo alla testa o altra situazione reputata pericolosa, l'Arbitro è tenuto a interrompere momentaneamente il gioco.

6. ASSEGNAZIONE PUNTI E PENALITÀ

- a) 0 punti: colpo alla testa, impatto con parti della freccia differente dalla punta;
- b) 1 punto: ogni impatto - diretto o di rimbalzo (solo se con la punta della freccia), anche se l'arciere è momentaneamente fuori dall'Area di Gioco per il recupero della freccia - sulle parti restanti del corpo, sull'arco e sulla freccia in possesso del giocatore;
- c) 1 punto: ogni volta che il pallone, colpito esclusivamente con le frecce, oltrepassa la linea dell'Area Neutra avversaria (se il pallone esce dal lato lungo del campo l'Arbitro deve rimmetterlo in campo a circa un metro dal bordo da cui è uscito);
- d) 1 punto: per ogni freccia che viene afferrata a volo dall'asta (se presa dalla punta o se cade dopo aver toccato la mano dell'arciere che ha tentato di afferrarla il punto è assegnato all'avversario).
- e) Ogni violazione dei punti e), f) del paragrafo 5., comporta l'assegnazione da parte dell'Arbitro di una penalità. Ogni tre penalità viene assegnato 1 punto all'avversario/squadra avversaria.
- f) In ogni caso è severamente vietato colpire l'avversario alla testa. Partita vinta dall'avversario al terzo colpo (anche involontario) inflittogli alla testa.

7. ARBITRI, SEGNAPUNTI E CRONOMETRISTA

- a) Uno o due Arbitri segnalano i punti e le penalità, hanno facoltà di sospendere il gioco fermando il tempo (anche su richiesta degli arcieri per qualsiasi necessità).
- b) Le decisioni dell'Arbitro/i sono insindacabili, eventuale penalità potrà essere assegnata in caso di non rispetto.
- c) Uno o due addetti segnano i punti sul tabellone secondo quanto indicato dall'Arbitro/i.
- d) Se non presente un Cronometrista, uno Arbitro o un Segnapunti svolge anche questo ruolo, comunicando agli arcieri il tempo di gioco restante, precisamente a 4, 3 2, 1 minuto, 30 secondi, 10 secondi, ultimi 5 secondi (scanditi ad alta voce).

Art.9 - Norme Finali e Tutela del Marchio

- a) PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco può integrare e modificare, a proprio insindacabile discrezione, una o più parti del presente Regolamento Tecnico-Sportivo chiedendone il riconoscimento all'EPS con cui collabora secondo quanto precisato nella convenzione firmata col/dal Presidente Nazionale dell'EPS stesso.
- b) Ricordando che il diritto d'autore (e di conseguenza il marchio registrato) si riferisce a PROGETTO ARKÂN® e non al generico Tiro Dinamico con l'Arco, si sottolinea che, secondo le vigenti leggi in materia, il Responsabile/Titolare ha la proprietà materiale e intellettuale, quindi il diritto esclusivo di utilizzo, del nome, del logo, dei regolamenti e di ogni documento di PROGETTO ARKÂN® e ne vieta l'impiego a terzi senza il suo esplicito consenso e le dovute indicazioni da seguire.

