

DOMARE LA BESTIA

**Titolo originale
TAMING THE BEAST**

Scritto da: RICHARD NANCE

Fotografie di: ALFREDO RICO

**HANDGUNS
DECEMBER 2016 / JANUARY 2017**

**NON C'E' MODO DI EVITARE
IL RINCULO, MA ECCO COME
CONTROLLARLO.**

Vi ricordate la prima volta che avete sparato con una pistola? Se siete come la maggior parte delle persone, eravate un po' preoccupati, forse più preoccupati per quello che la pistola avrebbe fatto alla vostra mano, che di colpire il bersaglio. Sparare è innaturale, soprattutto per il neofita. Anche i tiratori esperti spesso hanno uno spasmo, non appena hanno premuto il grilletto, una reazione istintiva per contrastare gli effetti del rinculo. In effetti, l'anticipazione del rinculo è spesso spacciata come l'errore di tiro n° 1.

Come se mancare il primo colpo non sia già abbastanza negativo, se non gestirete in modo efficace il rinculo, i colpi successivi saranno più lenti e meno precisi. Al fine di acquisire sicurezza nelle vostre capacità di sparare e nel controllo della vostra pistola, è necessario domare la bestia conosciuta come rinculo. Ma siccome la terza legge di Newton, per ogni azione, corrisponde una reazione uguale e contraria, è inflessibile, come si può fare?

Un modo per controllare il rinculo è mediante la selezione dell'equipaggiamento. La scelta di una pistola pesante con una impugnatura full-size e camerata in un calibro più piccolo sarà molto più facile da controllare di una pistola lightweight subcompact, in un calibro più grande. Naturalmente, una robusta pistola in un calibro più piccolo, come una rivoltella full-size

camerata in .38 Special potrebbe non essere la più pratica opzione per il porto occulto perché è relativamente grande, pesante e difficile da nascondere.

Problemi derivati dal porto di una grossa pistola a parte, io sono fermamente convinto che il tiratore auto-difensivo dovrebbe imparare a gestire il rinculo mediante la corretta tecnica, piuttosto che essere dipendente dall'equipaggiamento. Le tecniche di gestione del rinculo variano sensibilmente da una scuola di tiro all'altra, e anche da un tiratore all'altro, ma cominciano con una conoscenza approfondita dei fondamentali del tiro.

Dei fondamentali, l'impugnatura è la più significativa nel controllo del rinculo, anche se va spesso di pari passo con la posizione di tiro. Venti anni fa, come cadetto nella scuola di polizia, mi è stata insegnata una presa a pollici sovrapposti. Con questa presa, il pollice della mano debole avvolge il pollice della mano forte, con entrambe le giunture dei pollici piegate verso il basso. Le dita della mano debole circondano le nocche della mano forte.

Se fate un tentativo, vedrete che questo comporta una presa piuttosto solida. Ma il grip è aumentato notevolmente per mezzo della vostra impostazione di tiro. Dopo aver eseguito la presa con i pollici sovrapposti, estendete parzialmente le braccia, applicate una spinta in avanti con la mano forte e tirate all'indietro con l'altra mano. Questo crea una tensione isometrica che aiuta a controllare la pistola durante il rinculo.

Molti riconosceranno questa impugnatura e puntamento⁽¹⁾ come una componente della posizione Weaver, che prende il nome da Jack Weaver ed è stata resa popolare dal Colonnello Jeff Cooper. E' stata diffusa sia tra le forze dell'ordine che nei circoli di tiro agonistici per decenni, ed esistono molte varianti.

Già a metà degli anni '80, i tiratori agonistici hanno iniziato ad impiegare una posizione più frontale, in contrasto con la posizione laterale utilizzata nella Weaver, e l'adozione di una presa con i pollici in avanti. Questo è il modo in cui mi è stato nuovamente insegnato a sparare al corso di istruttore di tiro della polizia a cui ho partecipato nel 2005.

Nella presa con i pollici in avanti, stringete la pistola con la mano dominante, ma piuttosto che piegare il pollice verso il basso, lasciate che rimanga diritto, allineato con la volata. Questo crea un vuoto sull'impugnatura tra il palmo della mano e la punta delle dita. Inserite l'altra mano nel vuoto e lasciate le vostre dita sovrapporsi alle dita della mano che spara.

I palmi delle vostre mani devono essere in contatto con la pistola e tra di loro, e il pollice della mano debole è anch'esso portato in avanti, appoggiato contro il fusto sotto l'altro pollice. Ciò si traduce con le vostre mani che coprono praticamente il 100 per cento dell'impugnatura della pistola, ed è per questo che molti tiratori preferiscono la presa con i pollici in avanti rispetto a quella con i pollici sovrapposti. La presa a pollici sovrapposti comporta una distanza tra i palmi delle vostre mani. Questo divario dà al rinculo una zona dove spedire la volata, in questo caso verso il vostro fianco non dominante, il che rende più difficile sparare costantemente nello stesso punto.

Come ho già detto, la presa a pollici in avanti comporta un cambiamento nella posizione di più di una isoscele, frontale al bersaglio con le braccia completamente estese per solidità e per l'assorbimento del rinculo. La posizione che hanno insegnato a me non è una posizione isoscele esatta perché il piede dal lato della pistola è leggermente arretrato rispetto all'altro piede.

Con il vero isoscele, anche se le vostre braccia completamente estese non spediscono la volata a sinistra o a destra, mandano la canna verso l'alto, forse più del necessario. Per compensare, molti dei migliori tiratori agonistici e tattici sostengono la necessità di mantenere una leggera piega con i gomiti.

Recentemente, ho seguito un corso del metodo di tiro di Frank Proctor, un ex operatore delle Forze Speciali e tiratore agonistico. Mi ha fatto ripensare ad alcuni aspetti del tiro che avevo dato per scontati, non ultimo dei quali è stato la gestione del rinculo. Per cominciare, Proctor sottolinea che le braccia hanno un ruolo enorme nel controllo del rinculo e che la presa conta molto più della posizione perché non si può contare sul fatto di poter assumere una corretta posizione in uno scontro a fuoco.



La presa con il pollice in basso tende a creare un vuoto nella parte posteriore dell'impugnatura, permettendo alla pistola di spostarsi durante il rinculo.



Nella presa con il pollice in avanti, la mano che spara (foto in alto) assume il controllo della pistola e viene unita dalla mano di supporto (foto in basso) per fornire una presa sicura a 360 gradi. Alcuni istruttori sostengono che la mano debole debba fornire la maggior parte della forza della presa, alcuni dicono che dovrebbe essere uguale.



Mentre molti dicono i che pollici non fanno altro che aiutare a puntare la pistola, almeno un istruttore (e alcuni professionisti) dicono che il pollice della mano di supporto può applicare forza verso l'interno mentre il pollice della mano forte aiuta a spingere verso il basso per controllare il rinculo.

Egli sostiene che tirando con le braccia piegate, si permette ai gomiti di flettere durante il rinculo. Il risultato è un minore rilevamento della volata, che si traduce in una più veloce ripetizione dei colpi. E dal momento che un colpo di pistola (indipendentemente dal calibro) è improbabile che possa mettere immediatamente fuori combattimento il vostro avversario, essere in grado di colpire il bersaglio in rapida successione fino a quando la minaccia non viene fermata, è fondamentale per la vostra sopravvivenza. Inoltre, con i gomiti morbidi, è più facile il passaggio tra i bersagli.

Proctor respinge anche la nozione popolare che la mano debole debba farsi carico della maggior parte della vostra presa; ho sentito dire questa cosa anche da altri tiratori di livello mondiale.

Egli fa notare che quando la pistola è correttamente impugnata con la mano che spara, essa si allinea con l'avambraccio, un fattore cruciale nella gestione del rinculo. Inoltre, la mano che spara è maggiormente in grado di controllare il rinculo, perché la pistola è nella eminenza tenere di quella mano, e il pollice ne avvolge la sua parte posteriore. Proctor ricorda che ogni mano deve afferrare la pistola come per impegnarsi in una ferma stretta di mano, in una "presa parallela", con entrambi i pollici più vicini possibile paralleli al carrello.



La posizione è l'altra componente principale per la gestione di rinculo, e al giorno d'oggi la maggior parte dei tiratori adottano una variante della posizione isoscele in cui il corpo è frontale al bersaglio, il piede all'indietro come supporto e i gomiti leggermente piegati.

Proctor sottolinea che il controllo del rinculo ha molto a che fare con il giusto equilibrio tra la leva e la trazione nella vostra presa. Uno dei vantaggi della presa con i pollici in avanti è che puntare il pollice non dominante verso il bersaglio richiede di piegare il polso in avanti, in so-

stanza, bloccandolo in posizione. Ma quando questa piega è esagerata, potreste perdere il contatto con i palmi delle vostre mani. In questo caso, avete una tonnellata di leva, perché il pollice è così in avanti, ma vi manca la trazione creata dai palmi delle vostre mani rimaste in contatto.

Al rovescio della medaglia, alcuni tiratori mantengono un buon contatto con le mani, ma non hanno il pollice non dominante abbastanza in avanti. Sono buoni sulla trazione, ma privi di leva.

Proctor ha anche una interessante opinione sul ruolo che i pollici svolgono nello stabilire una presa solida. Molti istruttori di tiro sostengono che i pollici non giochino alcun ruolo nella vostra presa di tiro, se non quello di rimanere liberi dal carrello (con il contatto reciproco il carrello potrebbe rallentare e causare un malfunzionamento) e dalla leva di blocco carrello (il che potrebbe indurre il carrello a restare chiuso dopo che il caricatore è stato svuotato). Tuttavia, Proctor sostiene che i pollici sono fondamentali per stabilire una corretta presa, riducendo così l'effetto del rinculo.

La pressione del pollice

In una tecnica di Proctor attribuita al campione del mondo di tiro Dave Sevigny, il pollice sinistro di un tiratore destrorso dovrebbe essere in contatto con il fusto della pistola ed effettivamente applicare una leggera pressione verso l'interno per contrastare la naturale tendenza (per un destro) di spingere la pistola a sinistra durante l'esplosione di colpi in rapida successione. E invece che tenere il pollice della mano forte semplicemente appoggiato sopra l'altro pollice, applicare una pressione verso il basso per ridurre al minimo il rilevamento della volata durante il rinculo. (Quando si spara con una pistola 1911, la sicura manuale serve da naturale appoggio per il pollice della mano forte per premere verso il basso.)

Mentre Proctor enfatizza la presa rispetto alla posizione in termini di gestione del rinculo, una posizione aggressiva aiuta un tiratore a restare in equilibrio e mobile. Una posizione solida fornisce anche la stabilità nel restare in piedi, se sparate o se venite colpiti. Come Kyle Lamb di Viking Tactics insegna, una buona posizione di combattimento permette al tiratore di

puntare la pistola sul bersaglio dopo ogni colpo, così come a passare da un bersaglio al successivo. Lamb paragona il movimento dell'anca, richiesto per puntare la pistola da bersaglio a bersaglio, a quella utilizzata per sferrare efficacemente un pugno.

La mia posizione di tiro è cambiata più volte nel corso degli anni. Ho optato per una posizione in cui il mio corpo è frontale alla minaccia, ma il mio piede dalla parte della pistola resta ben dietro all'altro piede. Questo mi permette di ingaggiare facilmente bersagli a sinistra e a destra e di muovermi in modo fulmineo in qualsiasi direzione.

Sebbene siano i principali fattori, posizione e presa sono solo due componenti del controllo del rinculo. Lo scatto gioca un ruolo importante. Il reset del grilletto è associato al controllo del rinculo in quanto segnala al tiratore di preparare lo scatto per il colpo successivo. Alcuni tiratori altamente competenti in realtà preparano il grilletto mentre la pistola sta rinculando, il che evita di dover attendere fino a quando il carrello ritorni a ripristinare lo scatto. Tuttavia, questa è una tecnica avanzata che richiede una formazione intensiva.

Per la maggior parte di noi, il dito rimane in contatto con il grilletto dopo lo sparo, e quando la pistola recupera dopo il rinculo, rilasciamo il grilletto quel tanto che basta per poterlo resettare, che spesso è una cosa che si può ascoltare e avvertire.

Se rilasciate completamente il grilletto, dovrete annullare tutta la sequenza della corsa a vuoto per sparare di nuovo. Questo significa una pressione del grilletto più lunga, la quale apre la porta ad un insidioso errore di tiro che altera la traiettoria di quello che poteva essere un tiro preciso.

Preparare il grilletto non è soltanto una componente del controllo dello scatto, ma anche della fase di follow through⁽²⁾. Come accennato, Lamb sostiene che puntare aggressivamente la pistola verso il bersaglio dopo ogni colpo, riducendo così al minimo i tempi morti, vi permetta di aumentare la cadenza di tiro. Questo è un elemento del follow-through.

I tiratori agonistici attualmente si allenano ad usare il rinculo a loro vantaggio. Ad esempio, dopo l'abbattimento del primo piatto di una

serie, usano il rinculo per spostare la pistola verso la piastra successiva, su cui si sono già concentrati i loro occhi. (Nel mondo reale, è importante assicurarsi che il colpo che avete appena sparato abbia neutralizzato la minaccia prima di passare alla potenziale minaccia successiva.)

Indipendentemente dal vostro livello di abilità, non è possibile eliminare il rinculo, ma è necessario capiate come sia possibile controllarne i suoi effetti negativi con impugnatura corretta, posizione, gestione dello scatto e follow-through.

E, naturalmente, esiste più di un modo per scuoiare un gatto. È necessario che sperimentiate per vedere quale metodo funziona meglio per voi. A differenza di molti aspetti del tiro che si possono praticare durante gli esercizi in bianco, per domare la bestia chiamata rinculo, è necessario sparare realmente con la pistola.

NOTE DEL TRADUTTORE

(1) In origine era “presentation”, ovvero presentazione. La presentazione è la fase di estrazione e del successivo puntamento, ovvero tutta la fase che va dalla fondina alla mira sul bersaglio.

(2) “Follow through” è a volte tradotto come “persistenza”, ma in genere si preferisce utilizzare il termine inglese. Letteralmente significa “completamento”, “accompagnamento” inteso in senso dinamico, ovvero completare o accompagnare un’azione per portarla a termine. Per chi avesse qualche dubbio, nel tiro la fase detta follow through, è quella conclusiva dell’azione dello scatto (da cui il termine), nella quale il tiratore si sforza, per quanto possibile, di rimanere in punteria verso il bersaglio con il grilletto premuto anche dopo aver sganciato, proprio per permettere all’arma di sparare il colpo senza movimenti parassiti. Tra lo sgancio e la partenza del colpo vero e proprio passa in certo lasso di tempo, durante il quale, per quanto esso sia infinitesimale, ogni movimento indesiderato dell’arma può fare finire il colpo fuori bersaglio. Va da se che nel tiro rapido la fase di follow through assume un’importanza ancora più fondamentale, in quanto il tiratore deve conciliare la necessità di mantenere l’arma ferma dopo lo scatto, con quella di esplodere il colpo successivo il prima possibile, senza anticipare il rinculo.