

Non ti sono bastati i pochi dettagli iniziali? Molto bene allora ecco qui tutto quel che ti serve per lanciare bene un boomerang!

### Ora però attenzione e un poco di pazienza:

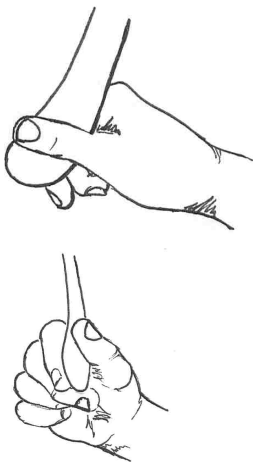
- 1) **Leggi tutte le istruzioni** e non improvvisare prima di aver provato quanto ti consigliamo
- 2) **Lancia in spazi aperti** senza ostacoli o persone che non prestano attenzione al boomerang
- 3) **Controlla sempre il vento:** direzione e intensità ed evita di lanciare se è troppo forte

### Impugnatura

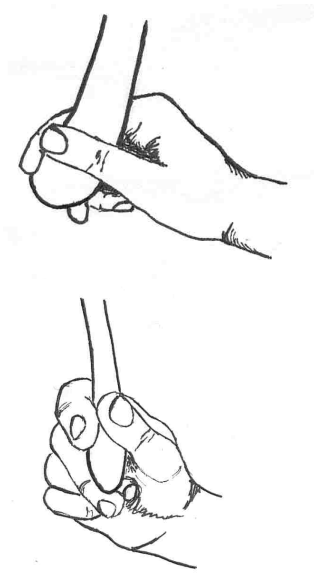
Osserva il boomerang: una delle due facce è quasi piatta l'altra è convessa e di norma colorata. Impugna il boomerang da una delle estremità mantenendo la parte piatta (non colorata) rivolta verso il tuo palmo. Stendendo il braccio in avanti con il boomerang verticale la parte piatta si troverà a destra (sinistra se per mancini). Da quale pala e come impugnare il boomerang è indifferente, la scelta è soggettiva. Le impugnature preferite dai lanciatori sono due:

#### A pinza:

il boomerang viene appoggiato sul dito indice leggermente piegato e stretto con



**Come una matita:** il boomerang è appoggiato sul dito medio con l'indice attorno al bordo della pala



## Dove e come lancio?

**NON lanciare MAI orizzontale come un frisbee!** I boomerang non funzionano e rischiano di essere pericolosi.

## Angolo di "layover" o "di polso"

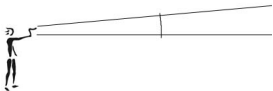


L'angolo di inclinazione del boomerang rispetto alla verticale al terreno. Tutti i boomerang (a parte pochissimi per competizioni particolari) al momento del lancio devono essere lanciati tra  $0^\circ$  e  $45^\circ$ . Se c'è vento si lancia con angolo piccolo, **mentre in caso di vento leggero si tende**

**a lanciare con maggiore inclinazione se il ritorno non è completo.**

### Angolo rispetto al terreno (alzo)

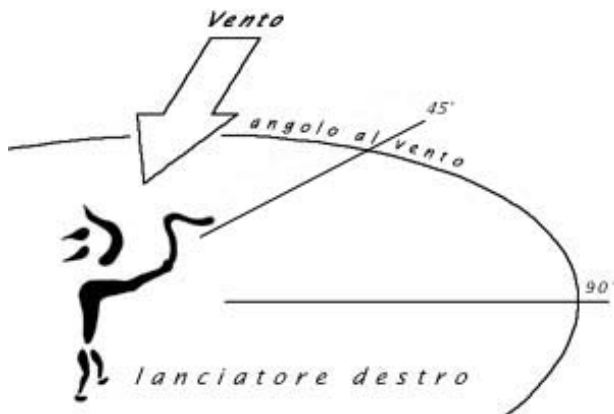
### ELEVAZIONE (ANGOLO RISPETTO ALL'ORIZZONTE)



Il lancio deve essere in avanti verso l'orizzonte o verso la cima di un albero lontano. Esclusi pochi boomerang raramente è necessario lanciare verso l'alto (tipo  $30^\circ$  -  $45^\circ$  sopra l'orizzonte). Con vento leggero si lancia più basso, mentre se il vento aumenta si mira più in alto.

### Angolo rispetto al vento

Evitando giornate di vento troppo forte prima di lanciare **è fondamentale controllare la direzione del vento**. Strappa qualche filo d'erba e lascialo cadere per controllare la direzione. Con il vento in faccia, un boomerang da destro deve essere lanciato tra  $45^\circ$  e  $90^\circ$  a destra (per lanciatori mancini si lancia  $45^\circ$  -  $90^\circ$  a sinistra). Se il vento soffia da Nord a Sud, a seconda delle caratteristiche del boomerang, un lanciatore destro deve lanciare tra Nord-Est e Est, mentre un mancino tra Nord-Ovest e Ovest.



## Pronto? Lancia!

1. **Impugna saldamente** il boomerang e punta un albero lontano
  2. **Inclinati leggermente all'indietro** come se dovessi lanciare un sasso o una pallina e **piega all'indietro anche il polso**.
  3. Lancia accompagnando il movimento del braccio con il corpo e impegnati ad imprimere **rotazione** sfruttando il **movimento del polso**.
- La rotazione impressa al boomerang è molto più importante della forza data dalla spalla.**

4. "Leggi" la traiettoria e prepararti alla presa!





lanciare livello uno  
attenzione che il boomerang al momento del lancio sia quasi verticale: non esagerare con il  
layover

### Presa



Dopo un po' di lanci avrai **imparato a conoscere il tuo boomerang** e sarai in grado di "leggere" la sua traiettoria. Non fare tentativi disperati di presa su ritorni veloci o imprevedibili.

## **lanciare livello uno**

Scritto da Administrator - Ultimo aggiornamento Domenica 03 Febbraio 2013 21:21

---

### **Tieni le mani in avanti e ben aperte una sopra l'altra**

e prendi il boomerang chidendole sul boomerang come un "panino".