



Associazione Tiro con l'Arco Luganese

6900 Lugano
www.atal-arco.ch
info@atal-arco.ch

REGOLAMENTO INTERNO E NORME DI SICUREZZA PER L'ATTIVITÀ IN PALESTRA

1. L'accesso alla palestra è autorizzato solo con scarpe di ginnastica (escluse quelle con suola nera).
2. Negli spogliatoi e in palestra è assolutamente vietato fumare.
3. Gli orari di inizio e fine degli allenamenti devono essere scrupolosamente rispettati.
4. Il Comitato nominerà all'interno della Società dei responsabili di tiro (RT) tra i soci attivi, i quali possono intervenire durante gli allenamenti onde salvaguardare la sicurezza e l'ordine; i soci devono attenersi alle disposizioni comunicate.
5. I visitatori sono pregati di rimanere fuori dall'area di tiro delimitata e di attenersi ai punti 1) e 2) del presente regolamento.
6. La palestra deve essere mantenuta pulita e le attrezzature devono essere utilizzate con il massimo rispetto.
7. I ragazzi di età inferiore ai 16 anni ed i principianti possono tirare solo in presenza di un RT o di un socio attivo esperto.
8. Di regola il tiro in palestra è limitato ai 18 m.; eventuali distanze alternative saranno decise esclusivamente dal CT oppure dal un RT.
9. In caso di molti soci presenti in palestra, verrà concordato verbalmente l'alternarsi degli arcieri.
10. Prima di tirare contro un bersaglio ci si deve assicurare che nessuno si trovi dietro o vicino ad esso.
11. Non si deve permettere mai a delle persone d'avventurarsi all'interno dell'area di tiro; scegliere con molta attenzione il momento in cui tirare le frecce.
12. Se più arcieri tirano contro un bersaglio, non oltrepassare mai la linea di tiro prima che tutti abbiano finito di tirare; andare tutti insieme al bersaglio a ritirare le proprie frecce.
13. Prima di estrarre una freccia dal bersaglio accertarsi che dietro la sua cocca non ci sia un altro tiratore. Mentre un arciere estrae le proprie frecce, gli altri devono aspettare il loro turno stando ai lati del bersaglio.
14. Non puntare mai un arco pronto al tiro verso una persona o ad altre cose che non siano i bersagli.
15. Se si stende l'arco senza la freccia, prestare molta attenzione affinché la corda non sfugga dalle dita. Il tiro "a secco" è estremamente dannoso per i flettenti dell'attrezzo e potrebbe addirittura provocare la rottura della corda.
16. Non lasciare mai l'arco steso per terra; appoggiarlo sempre in modo che sia chiaramente visibile usando un reggi-arco oppure una freccia come supporto.
17. Quando si prendono o si porgono delle frecce, tenderle con la cocca rivolta verso terra e con le punte racchiuse nella mano. In ogni caso non correre mai con delle frecce in mano.
18. Non lanciare mai una freccia in aria come se fosse un giavellotto, poiché la sua traiettoria non è prevedibile.
19. La Società ha un'assicurazione RC che risponde solo a danni causati a terzi (persone o cose che non fanno parte della stessa).