

Základy lukostřelby

Být lučištníkem na bitvě má mnoho výhod a nevýhod. Zde je jejich stručný výčet:

Výhody

- střílet z luku na bitvě je zábavné
- střelci přinášejí radost :o) Vy máte radost, když ostatní trefíte, nepřátelé mají radost, když těsně uhnou nebo vykryjí šíp.
- jste mimo boj, většinou stojíte v bezpečí za řadou spolubojovníků a kromě pár obíhačů na vás nikdo neútočí
- nenadřete se a nenaběháte
- pokud chcete, můžete bojovat - odložíte luk, tasíte meč a s nepřáteli se vypořádáte
- pokud nechcete, nemusíte bojovat - můžete utéct nebo jednoduše uznat, že jste mrtví
- lukostřelbu můžete cvičit do značné míry i sami doma (výhodné, zvláště pokud nemáte s kým trénovat)
- pro potřeby dřeváren se naučíte slušně střílet poměrně rychle a snadno (v porovnání s šermem)
- vaši spolubojovníci si vás váží a cení si vaši střelby, vaši nepřátelé se vás obávají

Nevýhody

- na každé bitvě vám zničí (zlámou) spoustu šípů. Musíte je neustále vyrábět, což je pracné a drahé.
- dost času na bitvě (po boji) strávíte hledáním vystřelených šípů
- při některých střetech luk nevyužijete
- dobrý luk je docela drahý a citlivý, musíte na něj dávat pozor
- pokud se rozhodnete bojovat, téměř nikdy si nestihnete nasadit rukavice

Co potřebujete, když chcete na dřevárnách dělat lučištníka

Luk - Na dřevárny je minimum nátah je 10-20 liber, maximální (ale to už je většinou zbytečné) 32 liber. Ze začátku, když se učíte střílet, je mnohem lepší používat spíše slabší luk. Při učení střelby se nemusíte prát s lukem silou a získáte méně zlovyků.

Šípy - vyrobte si je rovné, kvalitní, všechny stejné (!) a hlavně si jich vyrobte dost (alespoň 15-20 kusů). VELMI se vyplatí hlavice, které jde sejmut z zlomeného šípu a nasadit na novou tyčku (nemusíte je vyrábět stále znovu). Šípy mějte hezké a stylové, ale měly by mít nějaký kontrastní barevný prvek, aby se dobře hledaly v trávě i spadáním listů. Také by měly být nějak unikátní či označené, abyste si je vždy spolehlivě poznali.

Toulec - lépe tvrdý z jekoru či kůže, případně z koženky či z látky. Toulec můžete nosit u pasu lehce šikmo dopředu (trochu překáží) nebo šikmo přes záda (ale pak musíte při sbírání šípů klekat, abyste si je při předklánění nevysypali). Toulec musí pojímat dostatek šípů (min. 15 kusů) a šípy z něj nesmí vypadávat ani při běhu.

Příruční zbraň - nemusí být, ale takto se ubráníte útočníkům i jinak než útekem a můžete zasáhnout do boje, když vám dojdou šípy nebo když situace vyžaduje spíše meč než luk. Nejčastější je meč a dýka, vzácněji dva tesáky. Štít se nedá nasadit dost rychle a překáží. Výjimkou je jen malý štítek přichycený k dlani předloktí koženým páskem, takže umožňuje držet luk. Ten můžete mít na ruce, v které držíte luk, ale je malý - chce to hodně cvičení naučit se s ním krýt. Klíčové je mít ke zbrani kvalitní pochvy či závěsy, ze kterých je dokážete rychle a bez zádrhelů vytasit - ideálně jen jednou rukou.

Chránič předloktí - nátepník, který kryje vnitřní (!) stranu předloktí u ruky držící luk. Chrání vás před bolestivými údery tětivy. Nemusí být příliš tlustý. Pokud se naučíte dobře držet luk, nebudete ho moc potřebovat.

Chránič prstů - pokud hodně střílíte, může vám neustále napínání tětivy rozedřít prsty i u slabého luku. Lze koupit nebo z tenké kůže vyrobit jednoduchý nasazovací chránič.

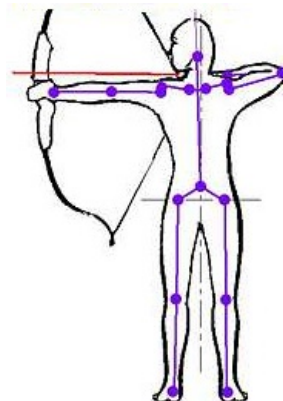
Technika střelby z luku

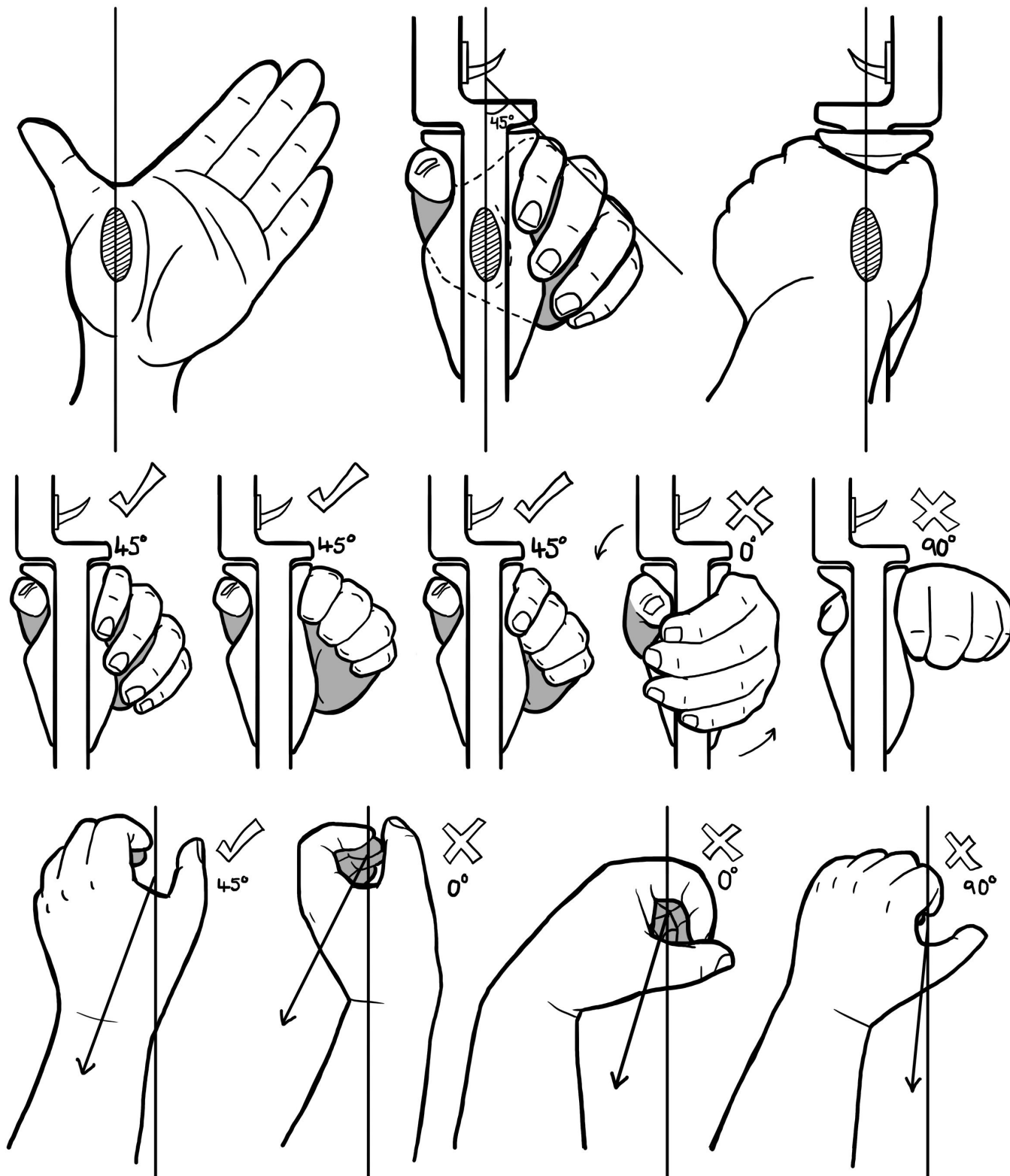
Není vždy pravda, že pravák by měl napínat luk pravou rukou a levák levou. Nejde jen o dominantní ruku, ale též o dominantní oko (i to existuje a při míření je to podstatné). Zadívejte se na nějaký vzdálený bod. Napněte před sebe ruce a z prstů udělejte okénko, přes které se na něj budete dívat. Soustřeďte se na cíl a pomalu přitahujte okénko z prstů až těsně před obličej. Okénko skončí před vaším dominantním okem. Pokud jste pravák a máte dominantní pravé oko, je vše fajn (pro takové lidi je psán návod níže). Pokud jste levák a máte dominantní levé oko, také fajn, dělejte vše zrcadlově. Pokud vám nesouhlasí oko a ruka, musíte dát jednomu přednost. Při sportovní lukostřelbě by jednoznačně vyhrálo oko. Ale na dřevárnách míříme dost intuitivně a potřebujeme i šikovnou ruku (rychlé nasazování šípů poslepu), takže je to na vás.

Ideální postoj by měl být pokaždé stejný. To je vlastně pointa přesné lukostřelby. Naučit se dělat všechny pohyby úplně stejně, takže při každém vašem výstřelu letí šíp stejně. Při střelbě na dřevárnách je tento ideál nedosažitelný. Nestojíme na rovném terénu, náš cíl se hýbe, my se často musíme hýbat také, měníme nátah luku podle toho, jak je cíl daleko (protože zásah plným nátahem nablízko je moc bolestivý) a šípy, které používáme, se často výrazně liší. Ale i my můžeme citelně zvýšit svoji přesnost tím, že si neustálým opakováním co nejvíce zafixujeme příslušné postoje a pohyby.

Při střelbě by vaše tělo mělo být rovné a zpevněné (zatnuté břicho, zpevněné vnitřní svaly a svaly podél páteře). V podstatě ze svého těla děláte kuši - pevný rám pro napínání lučiště a vedení šípu. Stojíte bokem k nepříteli a nohy máte mírně rozkročené (na šíři ramen). Nehrbíte se, neskáníte, nekroučíte tělem. Pozice jednotlivých kloubů máte na obrázku vpravo.

Namířte na cíl ruku s lukem (pravák s dominantním pravým okem drží luk v levé ruce). Natáhněte ji a loket pootočte tak, aby kloub mířil nikoliv dolů, ale doleva (aby vás tětiva nešvihala přes předloktí). Luk nesvírejte, ale držte jen zlehka, podržte ho tah tětivy proti dlani ruky. Zápěstí není ohnuté, luk se opírá o spodní, případně horní část dlaně (vyberte si, ale pak už ho vždy držte stejně), tak aby síla, která působí na zápěstí, zápěstí neohýbala, ale směřovala rovnou dál do kostí paže. Zde je obrázek, který ukazuje správné držení luku.





Také rameno je uvolněné a není vytržené nahoru (síla tlačící na paži je ramením kloubem rovně přenášena na trup). To rameno je velmi častá chyba. Luk držíte mírně nakloněný (horní konec doprava).

Špatně se to popisuje, podívejte se na video pro sportovní střelce. Běžné chyby:

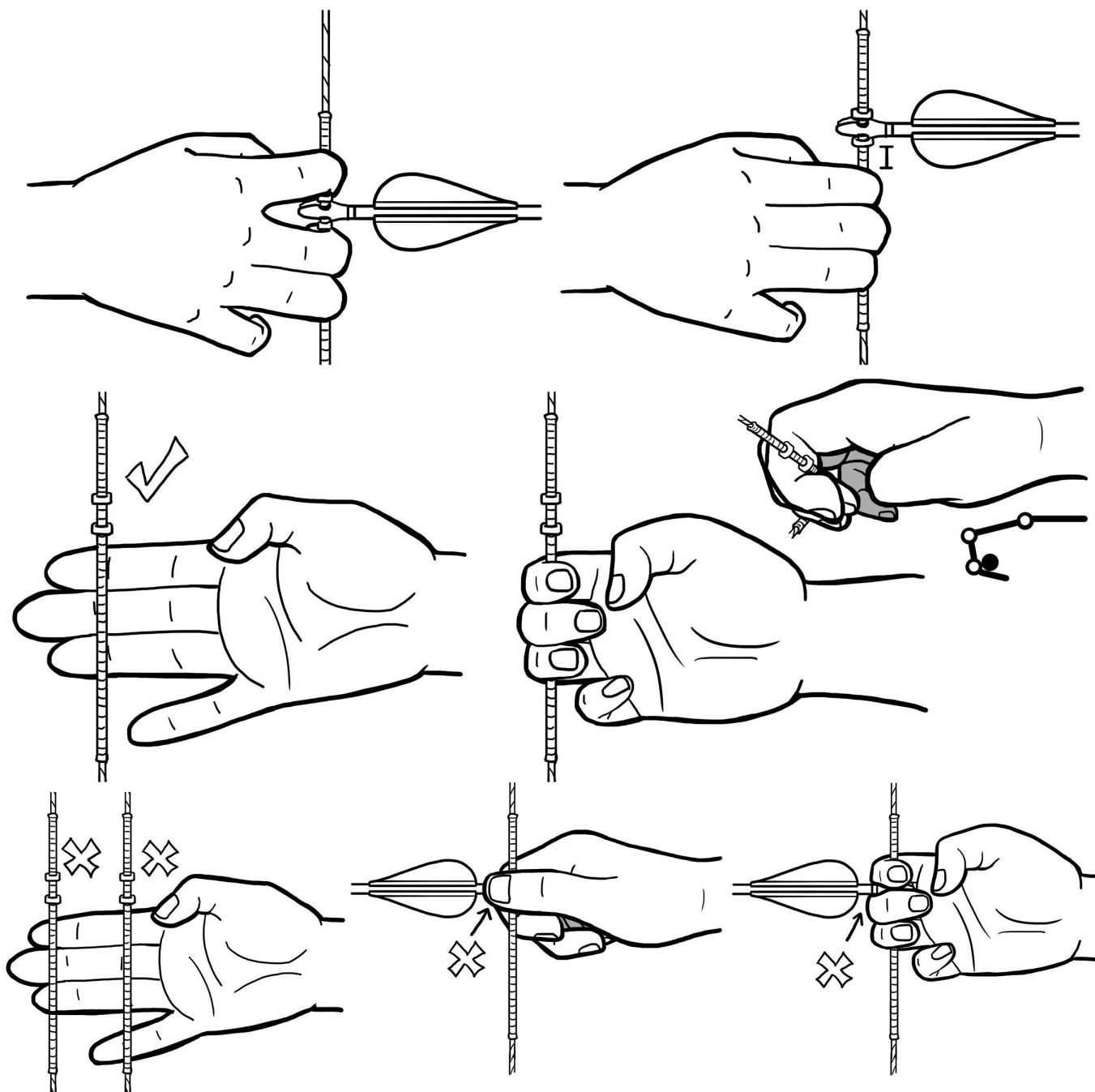
- Stojíte k cíli ne bokem, ale šikmo, luk pak napínáte pohybem zápěstí k sobě, místo pohybem pažních a zádočných svalů.
- Máte ramenní kloub vytržený nahoru, máte vyvrácené zápěstí, síla působící na luk se nepřenáší do těla po přímce a má tendenci vám ohýbat ruku a tím pokaždé měnit směr výstřelu. Tohle se hrozně blbě odnaučujte. Pečlivě to nastudujte podle videa a hlídejte si to.

- Loket pravé ruky směřuje dolů. Vaše předloktí pak stojí v cestě těživě a ta vás do něj bolestivě švihá.

- Držíte luk moc svisle. Nasazený šíp vám padá.

Pravou rukou uchopíte šíp a přiložíte jej z levé (!) strany ke středu luku (měli byste tam mít zakládku, hranu či jiné místo, kam se má šíp přiložit. Pokud nejste úplně v klidu, přidržíte si šíp levým ukazováčkem (mírně ho přitlačte na luk). Pravou rukou zasadíte zárez na tětívu. Šíp se nezakládá úplně na střed, ale mírně nad. Lučištníci mají na určení správného místa takové udělátko, když donese svůj luk do obchodu s luky, mohli by vám to určit. Správné místo lze značit značkou (horní hrana šípu). Na tětívu se dává kovový pásek. Pokud máte tětívu z provázku, lze použít i uzlík.

Nikdy nechtejte konec šípů mezi palec a ukazovák "do špetky" - takhle lze střílet jen ze slabých dětských luků. Tětívu uchopte ukazovákem, prostředníkem a prsteníkem. Palec a malíček se vůbec nedotýkají šípů ani tětívy. Šíp je mezi ukazovákem a prostředníkem. Tyto prsty mírně tlačte k sobě. Tím držíte šíp, aby vám nevypadl (na rozdíl od sportovních šípů nemají ty naše plastový končík, který drží šíp na tětívě). Tětíva je založena ve žlábků mezi posledním a předposledním článkem všech tří prstů (prostředník musíte trochu pokrčit, je delší). Tětívu nikdy nechtejte středem bříšek prstů (brzy je rozedřete, nadržíte ji pevně) ani ji nechtejte spodními částmi prstů "do hrsti" (při uvolnění byste vychýlili šíp). Tětíva musí být vždy právě v žlábků mezi posledními dvěma články prstů. Podrobný obrázek je zde:



Pozor, držení tětívy třemi prsty pod šípem je bez končíku nemožné.

Tětívu natáhněte na délku šípů (pravá ruka by měla skončit u vaší pravé lící kosti) a podél šípů se podívejte na cíl (přesná technika míření je o něco složitější, ale pro naše účely ji nebudeme potřebovat). Mířte trochu výš (tím výš, čím je cíl dál a čím slabší máte luk). Mezi prsty držícími tětívu a loktem je ruka zcela volná a natažená (jako když zdvíháte těžké závaží). Luk napínáte zádonými svaly pohybem paže dozadu, nikdy ne ohýbáním zápěstí nebo svaly předloktí (velmi častá chyba). Je to stejný pohyb, jak když protahujete obě rozpažené ruce dozadu. Loket pravé ruky se snažte držet v rovině s nataženou levou rukou a rameny (a když ne, raději jej vykloněte nahoru). Pokud míříte na blízký cíl a máte silnější luk, napínejte luk jen částečně (byla by to příliš silná a bolestivá rána).

Před výstřelem uvolněte levý ukazovák, kterým přidržujete šíp. Nejlépe ho natáhněte tak, aby šíp ležel na dvě úzkého V, tvořeného lukem a ukazovákem. Šíp vystřelíte jemným natažením posledních článků prstů pravé ruky. V tom okamžiku by to měl být jediný pohyb celého vašeho těla. Nedýchejte a nehýbejte se. Běžnými chybami bývá povolení ruky držící luk, škubnutí rukou držící luk (jakoby házíte luk) nebo to, že ruka, jež pouští tětívu, ji následuje.

Přesné míření je s našimi šípy a nestejnými podmínkami dost problém. Asi jednodušší je postupně získat odhad (chce to pár tisíc výstřelů) a střilet intuitivně. Ale i tak je vhodné věnovat před výstřelem vteřinu soustředění a nestřílet úplně od boku stylem natáhnou a pustím. Citelně tím zvýšíte svoji přesnost.

Technika nabíjení (speciálně pro dřevárny)

Na bitvě potřebujete střilet nejen přesně, ale i docela rychle. Současně je velmi výhodné nabíjet bez dívání, jen po hmatu, protože mezitím můžete očima sledovat situaci, vybírat vhodný cíl a případně si hlídat blížící se nepřátele. Když desítky vteřin koukáte dolů na zasazování tětiny do zářezu, jste snadný cíl. Pár rad pro rychlé nabíjení:

- Během celého nabíjení je lepší držet luk skloněný (šíp míří do země).
- V toulci musíte mít šípy obráceně (bambulemi nahoru), jinak při vyndávání jednoho šípu vysypete i několik dalších.
- Když vyndáte šíp, držte ho za bambuli. Abyste s ním mohli manipulovat, musíte si nejprve přehmátnout na jeho konec. To uděláte nejjednodušeji tak, že opřete šíp koncem o své břicho a rukou jedete z bambule dolů směrem k sobě. Když držíte šíp v dolní třetině, můžete ho přiložit k luku.
- Po přiložení šípu si šíp pevně přichyťte ukazovákem levé ruky, abyste mohli v klidu přehmátnout pravou rukou (musíte ji chytit šíp za konec, abyste mohli vložit tětinu do žlábků).
- Vkládání tětiny do žlábků zdržuje asi nejvíc. Zde je způsob, jak to dělat po hmatu. Pravou rukou sevřete konec šípu tak, že konec šípu vyčnívá asi o centimetr z vaší pěsti a přitisknete k němu vztyčený palec (poslední článek). Tětinou se dotkněte břicha palce a nechte po něm sklouznout tětinu do zářezu v šípu. Poté přechyťte pravou rukou do držení určeného pro napnutí luku, zdvihnete ruku s lukem a namířte ji na cíl. Přitom druhou rukou plynule napnete luk.
- Pokud zrovna nechcete střilet, jen mírně natáhněte tětinu a pevně přidržte šíp levým ukazovákem. Šíp tak drží připravený k okamžité střelbě a vaše druhá ruka je volná.
- Pokud máte v ruce 1-3 sebrané šípy a spěcháte, nezasouvejte je do toulce, ale přichyťte je levou rukou (malíček a prsteník, případně i prostředník). Šípy k luku přiložte z vnější strany, jsou šikmo bambulemi vpravo nahore. Budou pohotově k dispozici.
- Pokud potřebujete nabít a poblíž vás leží šíp a máte alespoň malou chvilku času, shýbněte se pro něj a nabijte ho. Šípy v toulci si šetřete na chvíli, kdy kolem žádné šípy nebudou.

Jak střilet na bitvě

Pokud to opravdu neumíte, nestřílejte na zbytečně velkou vzdálenost (často se netrefíte). Jděte až těsně za řadu bojujících, ale ne příliš těsně, abyste jim nepřekáželi a aby do vás nevráželi. Na druhou stranu, pokud máte dost silný luk a umíte střilet dost přesně, nebojte se střilet i na větší dálku - to prakticky nikdo nečeká.

Střílíte na cíle, které se hýbou, musíte předvídat jejich pohyb a střilet tam, kde budou v okamžiku, kdy k nim dorazí šíp (když někdo běží, střílíte před něj). Musíte ale i předvídat pohyb všech překážek, které mohou vašemu šípu vstoupit do cesty (ruce, zbraně, jiní bojující). Vyhýbejte se střelbě přes mnoho bojujících (např. hodně šikmo mezi řadami bojujících), je velmi pravděpodobné, že alespoň jeden z nich srazí váš šíp svojí zbraní.

Pro lukostřelbu na bitvě je klíčový správný výběr cíle. Stejně jako u boje nablízko platí, že nejsnáze se útočí (střílí) na člověka, který o vás neví. Nesnažte se zastřelit nepřítele, který o vás ví a který si na vás dává pozor a kryje se. Jen ho svým lukem "ohrožujte" a "držte v šachu" (aktivně nebojuje, špatně se kryje před útoky ostatních) a přitom šmejděte očima po okolí a dávejte pozor, kdo si vás nehlídá a odkrývá se vám. Toho zastřelte. Štítaři jsou ze strany, na které mají štít, špatně zasažitelní, z druhé strany jsou ale často velmi odkrytí (ve víru boje často "pootvírají" štít a z pohledu šikmo tak vystavují vaši střelbu celý svůj trup. Pokud umíte střilet přesně, mířte na stehno pod štítem nebo ze strany na zadní stehno.

Když vybíráte cíle pro svoje šípy, zvažte vždy i jejich "hodnotu". Když ustřílíte zkušeného veterána, prospějete své straně mnohem víc, než když budete zabíjet neschopné nováčky. Nejlepším cílem jsou ti nejschopnější nepřatelé, kteří se nejhůře zabíjejí v boji nablízko. Na druhou stranu se nesnažte pořád střilet na stejnou osobu. Je to slušnost - i on si chce zabojet a ne jen umírat na vaše šípy. Dávejte pozor, kdo má poslední život. Takoví lidé jsou opatrní a je těžší je zabít. Zastřelte je. Klíčová hláška, na kterou byste měli reagovat je "Ještě jeden." Asi nejlepším cílem pro lukostřelbu jsou kopiníci - jsou často velmi nebezpeční pro vaše spolubojovníky a při útoku se úplně odkrývají. Dalším "šťavnatým" cílem jsou velitelé a schopní lidé, kteří vedou své spolubojovníky, motivují je a ženou je vpřed. Bez takového motoru se postup nepřátel může snadno zastavit. Pokud je mezi protivníky málo lučištníků, nestřílejte na ně. Jsou to oni, kdo vám vrací šípy, které vystřelíte na nepřítele.

Abyste byli dobří a cenní lučištníci, musíte střilet dostatečně přesně (když zasáhnete osmi šípy z deseti, jste dobří) a také dostatečně rychle (hlavně jde o rychlé nabíjení). Každý šíp, který vystřelíte, by měl být rozmyšlený (vhodně vybraný cenný cíl, slušná šance, že zasáhnu). Nikdy nestřílejte bezhlavě a naslepo. Vyčkejte si na tu pravou chvíli. Když zrovna nemáte dobrý cíl nebo když máte poslední šíp, tak využijte luk takticky. Mířte na nepřítele, zjevně je ohrožuje a tím je nuťte stahovat se, kryt a neútočit. Hodně tím ulevíte kamarádům v boji. Vystřelte, až budete mít další šíp, který můžete nabít. Střelec se založeným šípem má nemalou moc, střelec bez šípu je zcela neškodný.

Pokud se na vás vrhne protivník, můžete uznat, že jste mrtví (to ale vaši straně pomůže nejméně) nebo odložit (podržet za zády) luk, tasit zbran(ě) a bojovat (to se ale vyplatí, jen když to umíte a to se dá říct o málokterém lučištníkovi) nebo utéct (ne každý se za vámi bude honit, většina lidí po chvíli pronásledování vzdá). Skutečnou frajeřinou je rychle utíkat, za běhu nabíjet a střilet po pronásledovateli šípy tak přesně, že ho postupně zabijete (už jsem to zažil :-)

Bezpečnost

Nikdy nemířte a nestřílejte na hlavu.

Snažte se nestřílet do blízkosti slabin a na rameno (cíle se často shýbnou a je zasažen do hlavy).

Pokud střílíte na někoho opravdu z blízka (5 metrů a méně) nepoužívejte plný nátaž luku, aby zásahy nebyly příliš bolestivé. To platí zvláště u silných luků.

Střílejte pokud možno jen rovně a ze stoje. Vždy sledujte svůj cíl. Už se vyskytly i takové excesy jako je střelba z kleče pod nohama bojujících, střelba v sedě, kamarádovi na ramennou, střelba rukama nataženýma nad hlavu (přes hlavy bojujících, ale nevíte, kam střílíte) apod.

V pauzách mezi boji, při sbírání, a ideálně i před každým výstřelem alespoň letmo zkontrolujte šíp. Během boje se šíp může poškodit (naprasklá tyčka, uvolněná hlavice). Nalomené šípky raději zlomte, uvolněné hlavice či ohnuté tyčky nepoužívejte (ale obojí (i jen bambule) odevzdejte majiteli, on si je opraví). Nefunkční šípky a jejich zbytky předejte majiteli - pokud je to váš spolubojovník, tak v pauze mezi boji, pokud je to protivník, pošlete mu je přes někoho z organizátorů, nebo mu je předejte při společném sbírání šípů mezi boji.

Vždy nejpozději na konci bitvy (ale pokud možno v jejím průběhu) vracejte jiným lučištníkům jejich šípky a berte si své vlastní. Rozhodně nikdy z bitvy neodvážejte šípky, které vám nepatří. Odevzdejte je organizátorům, kteří se je pokusí vrátit jejich majitelům.

Na bitvu si vezmete alespoň 15 šípů a dost (i 10) náhradních tyček (se zářezem a letkami). Když se vám zlomí šíp, sundejte hlavici a nasadte ji na připravenou tyčku. Takto budete mít až do konce bitvy dostatek střeliva.

Čeho se vyvarovat při zacházení s lukem

- Napnutou tětivu nikdy nepouštějte na prázdno (bez šípu), hrozí zlomení luku.
- Nenechávejte luk delší dobu napnutý, když ho nepoužíváte. Vždy sejměte tětivu.
- Chraňte luk před nárazy, teplotními výkyvy, vlhkostí apod.
- Když na vás běží útočník a vy chcete přezbrojit na meč, nikdy bezhlavě neodhazujte luk na zem, ale najděte si trochu času na jeho bezpečné opření o strom či pověšení na větev. Slušný protivník vám na to dá čas (ale již ne nutně na tasení meče :-)
- Při nasazování a sundávání tětivy netlačte luk jedním koncem o zem (hrozí ulomení křehkého konce), ale nasadte tětivu na spodní konec luku, opřete luk vnitřní částí středu o zadní stranu levého kolena, na spodní rameno tlačte pravou holení, na horní levou rukou (rovnoměrně tak prohněte obě ramena), pravou rukou nasadte tětivu na horní konec luku. Mrkněte na nějaké video, kde to je ukázáno.
- Zvykněte si neopírat při postávání konec luku o zem, ale o špičku své boty (špína, vlhkost).

Jak trénovat

Začněte jednoduchou střelbou na terč (třeba větší krabici) na vzdálenost 5-10 metrů. Vzdálenost i úhel střelby občas měňte. Snažte se vypěstovat si odhad, jak letí váš šíp. V boji nepoužíváte mířenou, ale spíše instinktivní střelbu. Klíčová je zkušenost - chce to nastřílet mnoho stovek či lépe tisíců výstřelů.

Kromě toho, že se budete soustředit na to, trefit cíl, snažte se střílet (nabíjet) co nejrychleji. Stopujte si, kolik zásahů dáte za minutu a snažte se toto číslo zlepšit.

Až budete zasahovat cíl docela spolehlivě, zmenšete ho. Také rozšířte škálu úhlů a vzdáleností. Nejlépe rozmístěte po zahradě či odlehlé části parku 10-20 petlahví a snažte se je co nejrychleji všechny trefit. Opakujte to z různých míst.

Dále začnete trénovat nabíjení i střelbu za pohybu. Od chůze až po sprint.

Hezký způsob pohodového tréninku s procházkou je vzít luk a šípky (buď toulec, nebo jen tři šípky, z nichž dva držíte spolu s lukem) a toulat se po loukách či lesem. Vždy si očima najdete nějaký vhodný cíl (strom, výrazná bylina, trčící stéblo trávy), vystřelíte na něj několik šípů, pak k němu dojdete, posbíráte šípky a najdete si nový cíl.

Až doteď jste si vystačili sami. Potřebujete si ale pocvičit střelbu na bojující lidi (abyste dokázali předvídat jejich pohyby). Najděte nějaké kamarády, kteří cvičí šerm a začněte cvičit s nimi (můžete samozřejmě i dříve, ale nezanedbávejte i zlepšení své přesnosti a rychlosti individuálním tréninkem střelbou na statický cíl). Ze začátku si můžete hrát na střeleckou věž - jste nezranitelní, nikdo na vás neútočí a vy se pohybujete mezi bojovníky a rovnoměrně střílíte na všechny (pro bojující jste další překážka, na kterou musí dávat pozor, vy sami se zatím můžete soustředit na střelbu a nemusíte neustále před někým utíkat).

No a na závěr se jednoduše přidejte k jedné skupině a bojujte s ní proti jiné, jak nejlépe umíte. Je velmi vhodné vyzkoušet co nejvíce různých spolubojovníků a protivníků.