

## Il lancio sottovetta

There are no translations available

Esistono diversi lanci finalizzati a penetrare sotto la vegetazione, alcuni più difficili da eseguire, altri meno; tra questi il sottovetta totale è tra quelli più efficaci e nello stesso momento non presenta per la sua esecuzione particolari difficoltà. Se analizziamo la dinamica del sottovetta totale, ci accorgeremo subito che è il risultato di movimenti naturali, quasi spontanei. A differenza del sottovetta classico, quello totale si esegue in maniera estremamente differente. Per eseguirlo, come prima operazione si dovrà lanciare all'indietro mantenendo un piano orizzontale e, comunque, mantenendo la coda alle nostre spalle alla stessa altezza del vettino della canna. Mantenere alle spalle una coda parallela ci faciliterà il lancio in avanti evitando pericolose rotazioni del polso nel momento di far cambiare traiettoria alla coda. Effettuare i falsi lanci anch'essi in sottovetta ci permetterà di mantenere l'armonia del lancio e, cosa più importante, essere molto più precisi, in quanto, già nella fase di preparazione del lancio, si saranno "prese" le giuste distanze. In altre parole, se si eseguono i falsi lanci lanciando semplicemente in angolazione, si rischia nel lancio finale, se non si è particolarmente esperti, di mandare la mosca da tutt'altra parte. La dinamica del lancio atta a generare il cambio di piano (lancio in avanti) peculiare del sottovetta totale è la seguente: nella fase di rilancio in avanti si inizierà una rotazione del polso che deve proseguire su un piano inclinato verso l'alto fino al momento in cui la mano ha superato di almeno 25/30 cm il nostro fianco. Si noterà, già nella fase di ripartenza, all'inizio della rotazione, che il loop sarà parallelo alla superficie dell'acqua e che la coda passerà ad una quota inferiore rispetto a quella della vetta della canna. Tornando al momento in cui la canna ha superato di almeno 25/30 cm il nostro fianco, questo preciso punto è l'inizio del M.S. che, comunque, deve trovare il polso non ancora del tutto raddrizzato ma aperto di almeno 30°; a questo punto inizierà la roto-traslazione finale del polso, quella che definiamo "cucchiaiata" che è poi il cuore del lancio; contemporaneamente si porterà la vetta della canna verso l'alto per due motivi: il primo è di evitare di battere con la coda in acqua e il secondo è quello di incrementare il dislivello tra coda ferma e coda in movimento che è poi l'elemento che permette di disegnare il caratteristico profilo della coda nel sottovetta totale che a differenza di quello classico ha come elemento caratteristico, un loop a "V" orizzontale. La sinistra dovrà essere utilizzata con una mini-doppia trazione poiché la trazione costante o la mano ferma, in questo caso, non darebbero la giusta tensione che il lancio necessita, a causa di una dinamica orizzontale e di un continuo cambiamento del piano di lancio. Il risultato finale darà quindi una canna inclinata verso l'alto, una coda ferma e angolata verso il basso e un loop orizzontale. Il movimento in effetti è più semplice di quanto si possa pensare, l'importante è che venga effettuato senza stop ovvero con un movimento unico. Tra la coda ferma e quella in movimento si dovrà vedere il classico disegno ad angolo acuto senza nessun loop divergente, che è, invece, il risultato di chi esegue il sottovetta classico che finalizza la sua dinamica a far cambiare il piano di lancio della coda da verticale a orizzontale.

Il sottovetta totale, è un lancio che può essere utilizzato anche per altri scopi. A differenza della sua esecuzione in velocità, si può far sì che diventi un curvo. Per ottenere questo risultato si dovrà agire sulla mano sinistra che rilasciando anticipatamente la coda smorzerà la velocità impressa mantenendo così inalterato quel loop orizzontale che diverrà una volta posato in acqua, un curvo vero e proprio. In conclusione, il sottovetta totale può essere considerato a pieno titolo un lancio da 'pesca' intendendo un lancio finalizzato a facilitare il superamento di alcune situazioni reali. Questa sottolineatura è per ribadire che molti lanci vengono erroneamente definiti lanci da "prato", nel senso che sono più spettacolari che pratici, per alcuni questo può essere vero, ma non è sicuramente il caso del sottovetta totale. **ERRORI E CAUSE**

Se effettuando un lancio sottovetta totale ci si rende conto che i risultati non sono soddisfacenti, si dovrà ricercare le cause in alcuni movimenti errati.

1) Coda che nella fase finale del lancio tende a sollevarsi.

Causa: Probabilmente nell'ultima fase del lancio, si è ruotato troppo il vettino della canna verso l'alto.

2) Coda che picchia sull'acqua.

Causa: Errata nell'angolazione del lancio e/o canna che non si alza nell'ultima fase del lancio 3) Nella fase finale del lancio, mosca che resta indietro rispetto a finale e coda di topo.

Causa: Poca velocità con relativa perdita di tensione.