

## ドロレングス選択資料



アームスパンは上図の距離を計測してください。

適正ドロレングスを確認するには、左図の「アームスパン」を計測し下記の式を利用して算出してください。

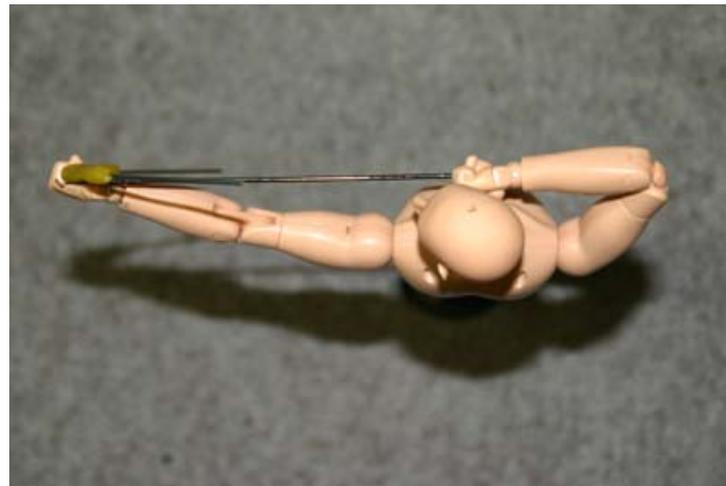
ドロレングスの判断材料として、身長で判断する方法が説明・提示されることがありますが、実質的な腕の長さであるアームスパン(両手を広げたときの長さ・ボクシングで言うリーチ)で判断したほうがより現実的で正確です。

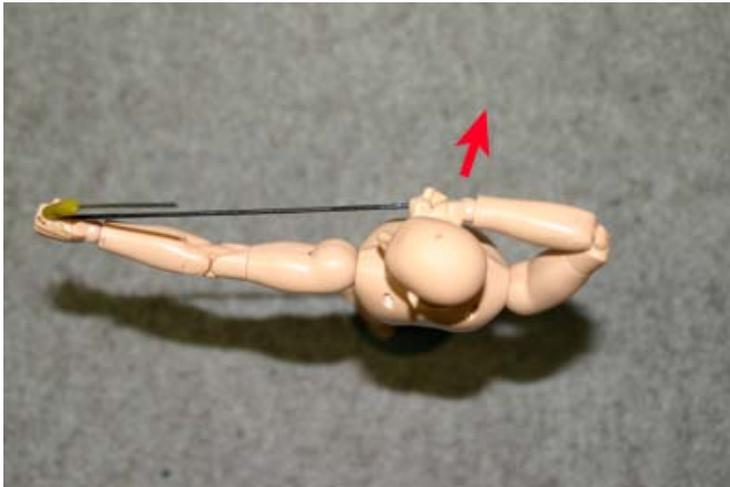
一般に「身長=リーチ」といわれていますが、日本人の多くは「身長>リーチ」が多いようです。

リーチが短い人が無理に長いドロレングスで弓を引こうとすると、筋や関節、頸椎などを痛めやすいばかりでなく、リリースも膨らみやすくなるためアローの飛び方も荒れてしまうことが多くなります。

日本人は「矢尺コンプレックス」の方が多いらしく、少しでも長く引き込もうとする傾向が強いようですが、良い結果は期待できないと考えたほうが良いと思います。

こちらは、ほぼ理想的なドロバランスです。  
ストリングと押手のクリアランスも取れていますし、  
リリース時も膨らんだりしないうえ、ハンドルに与える  
トルクも最小で済むはずです。

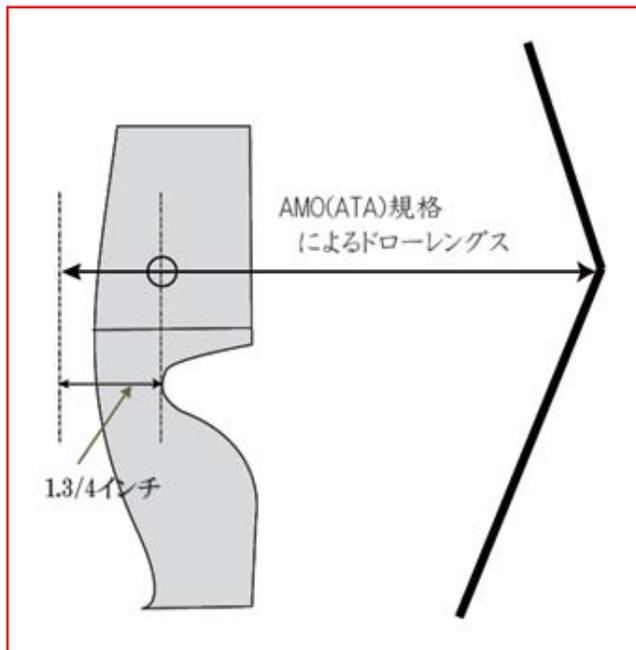




こちらはありがちなフォームですが、引手がインラインにあり押手の肩も入り込んでいるため、ドロールングスも長くなりアーチャー自身に充実感があるのですが、リリースシテンションから解放されるとハンドルは振られ、リリースは間違いなく外に膨らんでしまいます。

また、頸筋にもかなり強いストレスがかかっているため、このままのシュートを続けていると首の頸椎を痛めたり、ひじの関節を痛めることも多いようです。特に、高齢者になるほど頸椎や肘の関節の痛みは治りにくく致命的な障害になりやすいので注意が必要です。

$$\frac{\text{アームスパン(インチ)} - 15\text{インチ}}{2} = \text{適正ドロールングス}$$



次ページの表は上記式で計算結果を一覧にしたものです。

適正ドロールングスはAMO(ATA)スタンダードに準拠した表示です。

フルドロール時のストリングからピボット+1.3/4インチ前方位置での計測値となります。

☆AMO: Archery Manufactures and Merchants Organization

☆ATA: Archery Trade Association (2003年AMOが改編され新組織になりました)

☆コンパウンドボウのドロールングス設定

ほとんどのメーカーのコンパウンドボウはATAスタンダードに従ってドロールングスを表示していますが、メーカーによっては多少の前後があります。ご注意ください。

## 適正ドロレングス

アームスパン (Cm)	ATA・AMODローレングス (インチ)	グリップ計測 (インチ)	グリップ計測 (Cm)	アームスパン (Cm)	ATA・AMODローレングス (インチ)	グリップ計測 (インチ)	グリップ計測 (Cm)
140	20.00	18 1/4	47	170	26.00	24 1/4	62
141	20 1/4	18 1/2	47	171	26 1/4	24 1/2	62
142	20 1/2	18 3/4	48	172	26 1/4	24 1/2	63
143	20 3/4	19.00	48	173	26 1/2	24 3/4	63
144	20 3/4	19.00	49	174	26 3/4	25.00	64
145	21.00	19 1/4	49	175	27.00	25 1/4	64
146	21 1/4	19 1/2	50	176	27 1/4	25 1/2	65
147	21 1/2	19 3/4	50	177	27 1/4	25 1/2	65
148	21 3/4	20.00	51	178	27 1/2	25 3/4	66
149	21 3/4	20.00	51	179	27 3/4	26.00	66
150	22.00	20 1/4	52	180	28.00	26 1/4	67
151	22 1/4	20 1/2	52	181	28 1/4	26 1/2	67
152	22 1/2	20 3/4	53	182	28 1/4	26 1/2	68
153	22 1/2	20 3/4	53	183	28 1/2	26 3/4	68
154	22 3/4	21.00	54	184	28 3/4	27.00	69
155	23.00	21 1/4	54	185	29.00	27 1/4	69
156	23 1/4	21 1/2	55	186	29.00	27 1/4	70
157	23 1/2	21 3/4	55	187	29 1/4	27 1/2	70
158	23 1/2	21 3/4	56	188	29 1/2	27 3/4	71
159	23 3/4	22.00	56	189	29 3/4	28.00	71
160	24.00	22 1/4	57	190	30.00	28 1/4	72
161	24 1/4	22 1/2	57	182	28 1/4	26 1/2	68
162	24 1/2	22 3/4	58	183	28 1/2	26 3/4	68
163	24 1/2	22 3/4	58	184	28 3/4	27.00	69
164	24 3/4	23.00	59	185	29.00	27 1/4	69
165	25.00	23 1/4	59	186	29.00	27 1/4	70
166	25 1/4	23 1/2	60	187	29 1/4	27 1/2	70
167	25 1/4	23 1/2	60	188	29 1/2	27 3/4	71
168	25 1/2	23 3/4	61	189	29 3/4	28.00	71
169	25 1/2	24.00	61	190	30.00	28.1/4	72

☆適正ドロレングスは主にコンパウンドボウのドロセッティングを決定するための資料です。  
矢尺(アローレングス)とは別物ですのでご注意ください。

☆計算式はすわりの良い範囲で「1/4インチ範囲に丸めて」ありますのでガイド資料としてご活用ください。

☆アローレングスは一般に「グリップ計測の長さ+1インチ(シャフトのカット面)」がミニマムと考えられています。  
これは、フルドロにおけるレストからのアローダウン時の安全リミットと考えてください。  
ただし、安全に設計された「オーバードローレスト」を使用する場合にはこの限りではありません。