



## Ejercicio Amuletos de la Suerte (Lucky Charms Drill). Por Travis Haley.

Una vez más, tan sólo una semana después de su [anterior propuesta](#), Travis Haley, a través de su joven empresa [Haley Strategic Partners](#), vuelve a presentarnos en el [canal de conocimiento Haley Strategic](#) un interesante y útil ejercicio de tiro.

En esta ocasión Travis lo ha denominado «Ejercicio Amuletos de la Suerte» [*Lucky Charms Drill*], supongo que porque esta vez el blanco está constituido por diferentes figuras de colores que bien podrían representar amuletos de la suerte. Como es habitual en sus ejercicios, Travis ha diseñado un ejercicio rápido y sencillo con el que trabajar tanto la mentalidad del tirador como los principios básicos del tiro, sin que ello requiera disponer de mucho tiempo ni munición en abundancia.

En el [siguiente enlace](#) puedes descargar el blanco original en formato PDF, imprimirlo y llevártelo al campo de tiro para practicar el ejercicio. También puedes descargar la versión en español que yo mismo he preparado en [este enlace](#). Este blanco se ha complicado ligeramente respecto a otros anteriores en los que podían encontrarse únicamente círculos con números o colores añadiendo además formas y combinándolo todo. Concretamente en este blanco existen seis formas diferentes (círculo, triángulo, rectángulo, pentágono, corazón y estrella), cada una de un color (rojo, azul, amarillo, verde, blanco y naranja) y con un número del 1 al 6, que se disponen en tres líneas y dos columnas.

El ejercicio se puede ejecutar de múltiples formas diferentes en función de la secuencia que se determine, para lo que se puede optar porque un compañero elija la secuencia o bien por seleccionarla al azar entre los recortes de papel dentro de una gorra como ya se hizo con el "[Ejercicio Enredos](#)" [*Twister Drill*]. La secuencia determinará qué hay que batir y en qué orden, siendo las diferentes posibilidades ilimitadas y la dificultad del ejercicio variable según la complicación de la secuencia. Por ejemplo, puede ser una secuencia de números que indican el número del blanco a batir (cinco, dos, uno, tres, cuatro), formas (estrella, triángulo, rectángulo, pentágono, círculo), colores, o una combinación de las tres variables (triángulo, uno, corazón, tres, rojo, azul). El ejercicio entraña una dificultad añadida debido a la necesidad de recordar la secuencia durante su ejecución. Desde luego el tirador puede establecer secuencias tan elaboradas como desee para graduar la dificultad. Asimismo, otra variable que influye sobre la dificultad del ejercicio es la distancia al blanco, que puede ser de 3, 4, 5, 6 o 7 metros, como es habitual en estos ejercicios.

El tiempo del que dispone el tirador para memorizar la secuencia también puede regularse a voluntad y se corresponde con el retardo que se programe en el cronómetro de tiro, o bien el tiempo que cronómetro algún compañero si no se dispone de cronómetro. A la pitada comienza el ejercicio una vez consumido el tiempo disponible para memorizar la secuencia.

En un principio será suficiente con un único cargador completamente municionado, pero el número de disparos necesarios para realizar el ejercicio depende de lo complicado de la secuencia elegida.

En el vídeo de presentación que Travis ha colgado en su [canal de conocimiento Haley Strategic](#) el ejercicio se ejecuta con un retardo de 10 segundos para memorizar la secuencia de tiro que se selecciona al azar entre los recortes de papel que previamente han sido depositados en una gorra. A la pitada Travis ejecuta el ejercicio según la secuencia memorizada.

El ejercicio implica un equilibrio entre velocidad y precisión además de exigir el uso de la mente y la aplicación de los principios básicos del tiro. Los ojos y los elementos de puntería no dejan de moverse de un lado a otro en busca del blanco a batir durante la ejecución del ejercicio. Tanto en este ejercicio como en el mundo real los ojos necesitan tiempo para enfocar el blanco. Si miras rápidamente a tu alrededor y tratas de localizar cualquier objeto te darás cuenta que tus ojos necesitan una fracción de segundo para enfocar, tal y como sucede con el objetivo de una cámara. Pues bien, ese es uno de los objetivos de este ejercicio, verificar que tus ojos hacen lo que tienen que hacer para enfocar el blanco a batir mientras tú te dedicas a combinar velocidad (desplazándote de un blanco a otro) y precisión



Ejercicio Amuletos de la Suerte (Lucky Charms Drill). Por Travis Haley.

(te detienes sobre el blanco a batir).

Una vez más, *Travis* nos sorprende con un ingenioso ejercicio útil, práctico y eficaz. Ahora a ¡practicar, practicar y practicar!

<http://www.youtube.com/watch?v=xU2Weddts8k>

### **¡Compártelo!**

[Haz clic para compartir en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para compartir en Twitter \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para compartir en LinkedIn \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para enviar por correo electrónico a un amigo \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para compartir en Telegram \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\)](#)

[Haz clic para imprimir \(Se abre en una ventana nueva\)](#)