



**LA PREMIERE COMPAGNIE
D'ARCHERS DU CANTON
DE MONTLUEL**

Vous présentent

LE TIR A L'ARC

1 HISTORIQUE

L'apparition de l'arc sur notre planète se perd dans la nuit des temps.

Des vestiges de pointes de flèches ont été retrouvés en Tunisie, et ont été datées d'approximativement 50000 ans.

Des peintures rupestres, trouvées dans des grottes Espagnol et datées de 10000 ans, représentent des scènes de chasses ou les peuplades utilisent des arcs. Des arcs ont été retrouvés en Helvétie ils étaient fabriqués dans des bois d'If, d'Orme, de Frêne et même de Pin.

Les hommes ont utilisés ces armes pour la chasse mais aussi pour faire la guerre.

A partir de 1098 Chaque commune avait son jeu d'arc pour l'entraînement des archers. Désormais les armées auront un nombre considérable d'archers, notamment pendant la guerre de cent ans.

Hastings(1066), Crécy (1346), Poitiers (1356), Azincourt (1415) feront la réputation des archers Anglais.

Charles V en 1367 demanda à la population d'apprendre le tir à l'arc et organisa des concours.

Charles VII créa en 1448 les Francs-Archers, appelés ainsi car on leur accordaient des exemptions d'impôts. En temps de paix ils jouaient le rôle de police urbaine, mais pouvaient être réquisitionnés à tous moment pour la guerre.

François 1er par acte du 24 décembre 1535 supprime les Francs-Archers mais conserve les compagnies pour la garde de la maison royale.

L'assemblée législative le 13 juin 1790 dissous les compagnies d'arc, mais elles survivront et se reformèrent en 1820 en conservant uniquement les traditions de leurs origines.

Petit à petit le tir à l'arc devient un sport, et fait partie des jeux Olympique de 1900 à 1920.

1928 : fondation de la Fédération Française de Tir à l'Arc (FFTA).

1931 : fondation de la Fédération Internationale de tir à l'Arc (FITA) par 7 pays (Pologne, Tchécoslovaquie, Grande-Bretagne, Etats Unis, France, Hongrie, Italie).

En 1972 le tir à l'arc revient comme discipline Olympique, le 3 Août 1992 Sébastien Flute est sacré 1er champion Olympique Français.

2 DISCIPLINES

A) Nationales :

Le tir Beursault : se pratique en extérieur, tir de 20 haltes (2 volées aller retour) les cibles étant face à face. Distance de tir 50 m et 30 m pour les benjamins et minimes. Le blason est blanc d'un diamètre de 45 cm et comporte 5 zones les cordons sont défavorable, nous tirons pour des honneurs.

Le tir Fédéral : en extérieur, tir de 12 volées à 50 m sur blason de 80cm et de 12 volées à 30 m sur blason de 60cm.

Le Parcours Nature : un Parcours dans les bois, tir sur 42 cibles représentant des animaux de différentes tailles, distance de tir en fonction de la taille. Tir de 2 flèches à 2 distances différentes.

Le Tir Campagne ou Field : Le même parcours que pour la chasse mais les cibles ne sont plus animalières mais des blasons noir à centre jaune de grandeurs différentes.

Le tir 3D: un Parcours dans les bois, tir sur 42 animaux grandeur nature et en volume, distance de tir en fonction de la taille. Tir de 2 flèches à 2 distances différentes et inconnues.

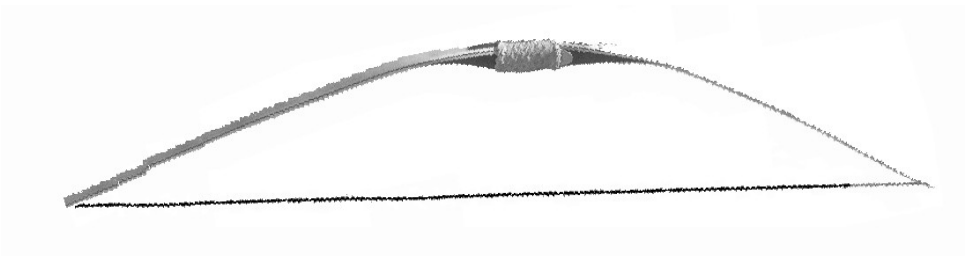
Il existe d'autres disciplines que nous ne pratiquons pas au club tel que : le tir à la perche (touché un oiseau monté sur une perche de 27 à 30 mètres), tir au drapeau (une grande cible dessinée par terre avec un drapeau au centre), Le biathlon (ski de fond et arc), Arc et golf.

3 Les ARCS

Il existe 3 familles d'arcs qui vont du plus simple au plus compliqué :

- Les arcs droits
- Les arcs recurve
- Les arcs à poulies

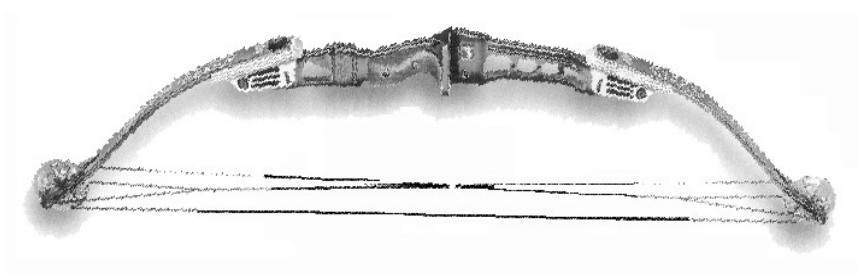
- 1) Les arcs droits : se sont ceux que vous pouvez fabriquer dans la forêt avec une branche bien droite. Le " LONGBOW " est entièrement en bois avec le plus souvent une poignée recouverte de cuir. Avec ce type d'arc on tire des flèches en bois.



- 2) Les arcs recurve : ou à double courbure, se sont ceux que vous utilisez à l'entraînement, ils sont démontable en trois partie (la poignée et les deux branches). Ils peuvent être également monobloc et en bois.



- 3) Les arcs à poulie : ou compound, ils possèdent des poulies à chaque extrémités qui démultiplient la puissance. Les poignées de ces arcs sont le plus souvent en métal.



4 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Le sens de l'arc

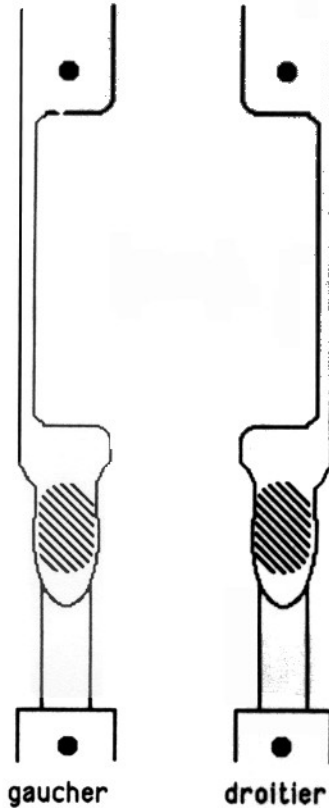
Il faut en premier déterminer votre œil directeur. Selon que vous êtes droitier ou gaucher, vous choisirez un arc fenêtre à droite pour les gauchers et fenêtre à gauche pour les droitiers.

Les unités de mesures utilisées dans le tir à l'arc:

1" (pouce) = 2,54 centimètres

1 # ou Lbs (livre) = 454 grammes

1 gr (grain) = 0,0648 gramme



La grandeur de l'arc

La grandeur de l'arc sera donné par l'allonge du tireur.
La hauteur est exprimée en pouce.

- de 68" à 71" pour les Longbows
- de 64" à 70" pour les Recurves
- de 40" à 45" pour les compounds

La puissance

La puissance de l'arc est exprimé en livres anglaises, elle varie en fonction de l'allonge du tireur. Une livre = 453 gr. Pour un débutant fille ou garçon d'une douzaine d'année 10 à 15# suffisent, au dessus de 15 ans, on peut utiliser des arcs de 20 à 25#.

Pour les adultes hommes : de 22 à 45# et pour les dames : de 18 à 25#.

Afin d'étalonner la puissance des branches d'arcs, les fabricants choisissent une allonge de référence qui est notée sur la branche inférieur, en principe 28" (71 cm).

Les fortes puissances ont pour avantages :

- Plus grande précision
- Flèche plus rapide
- Distance de tir plus grande

et pour désavantages:

- Fatigue rapide donc demande une bonne condition physique
- Technique fiable

Les faibles puissances ont pour avantages :

- Bon pour les débutants
- Bon pour apprendre une bonne technique
- Moins de fatigue

et pour inconvénients :

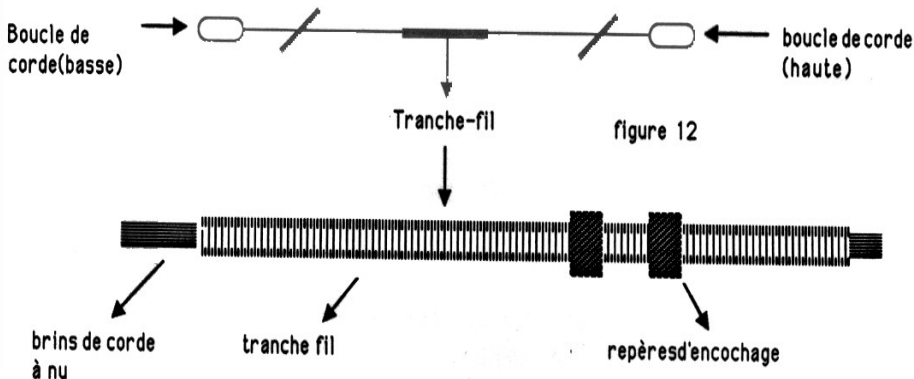
- Flèche moins rapide
- Difficile pour les grandes distances
- Moins de précision

La corde

Il existe plusieurs sortes de fibres : Dacron ou Fast-flight, la plus employé de nos jours en compétition est le fast-flight. Le nombre de brins varie suivant la puissance de l'arc.

Le contact de la corde avec l'arc et la main est protégé par le tranche fil (petit fil de couleur enroulé autour de la corde).

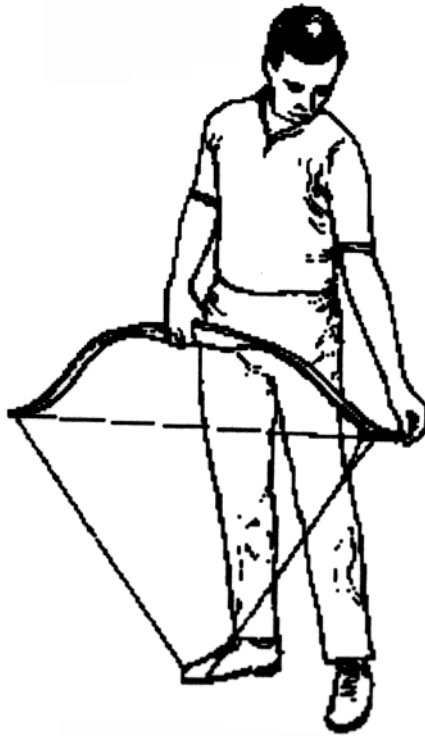
Pour tenir la flèche il faut installer des repères d'encochage (Nock-set).



Montage de la corde

La méthode la plus facile et qui offre le maximum de sécurité en fonction de la puissance de l'arc est l'emploi de la fausse corde.

La corde est dotée de deux boucles appelée poupée, la grande est placée en haut et la petite en bas. La grande est toujours mise en place en premier et coulisse le long de la branche du haut. La petite est placée sur la poupée du bas, Placer la fausse corde (voir dessin), mettre l'arc sous tension et faire glisser la grande boucle sur sa poupée .



Le Band

Une fois la corde montée, nous devons respecter une distance entre le creux de la poignée et la corde afin de faire ressortir toutes les qualités de votre arc. Cette distance est appelée “le band de l’arc. Elle doit être comprise entre 21 et 24 cm et vous pourrez la modifier en torsadant plus ou moins votre corde, si vous n’y arrivez pas, soit la corde est trop longue ou trop courte.

Le repère d’encoche

Les repères métalliques de part et d’autre de l’encoche (nock-set) sont placés de façon à ce que le bas de l’encoche soit de 3 à 5mm au-dessus de l’horizontale. Ce décalage est appelé “détalonnage”.

Le viseur

C'est un accessoire permettant de positionner l'arc par rapport à la cible. Il est composé d'une réglette se déplaçant verticalement pour l'ajustement de la visée en hauteur et d'une tige horizontale munie d'un "grain d'orge" ou d'un "tunnel" pour le réglage latéral.

Les flèches

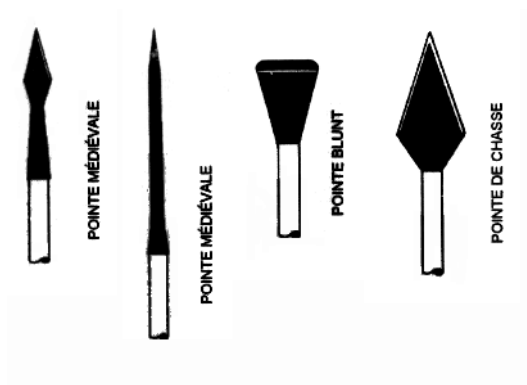
Il existe un grand nombre de flèches : en bois, en aluminium, en carbone, en alu et carbone.

En bois : elles sont en cèdre, en pin, en ramin. Leur diamètre va de 7,94 mm à 9,13 mm, elles sont utilisées avec les Longbow.

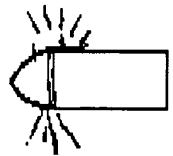
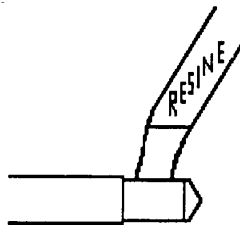
En aluminium : se sont des tubes légers et très résistants de diamètre variable jusqu'à 33 calibres différents. Elles ont une épaisseur d'environ 0,012 pouce (0,001 pouce = 0,025 mm). Ces flèches vu leur gros diamètre et leur légèreté sont souvent utilisés en tir intérieur

En carbone : très résistante elle est adaptée aussi bien pour les débutants que pour les compétiteurs, les fils de carbone sont extrudés par étirage. Fine et robuste elles sont utilisées aussi bien en extérieur qu'en intérieur, c'est une flèche polyvalente.

En alu et carbone : Le nec plus ultra de la flèche, mais aussi la plus chère. C'est la flèche des champions du monde. La liaison des fibres de carbone au tube d'aluminium assure une rigidité et une rectitude constantes ainsi qu'une précision incomparable aussi bien en intérieur qu'en extérieur.



Montage des pointes



Rentrer doucement la pointe

CONSIGNES DE SECURITE SUR UN PAS DE TIR

a) Vérifier le bon état de la corde et du bon vissage des accessoires.

b) Au montage vérifier que la corde est bien logée dans les gorges des poupées.

c) Ne jamais orienter un arc armé d'une flèche ou non, vers quelqu'un.

d) Ne jamais lâcher l'arc bandé à vide sous peine de casser les branches de votre arc.

e) Ne jamais se placer devant un archer en train de tirer.

f) Pour tirer attendre l'ordre du responsable de tir

g) Attendre que le responsable des tirs donne l'ordre d'aller chercher les flèches. Il est défendu de courir pour aller aux cibles, d'emporter son arc ou tous autres matériel.

h) Lors de la récupération des flèches se placer sur le côté de celles-ci afin de les retirer sans se blesser et en faisant bien attention que personne ne se trouve derrière.

i) Prévenez le responsable des tirs si vous cherchez une flèche derrière les cibles.

j) Ne jamais tirer en diagonale, mais toujours sur la cible en face de soi.

k) Protéger votre bras d'arc avec un brassard et les doigts sur la corde avec une palette ou un gant.

l) Il est défendu chahuter sur un pas de tir, respecter la concentration des tireurs.

l'A B C du vocabulaire du tir à l'arc

Blason : Élément en papier de différent diamètre zoné en cinq couleurs et dix parties permettant le comptage des points.

Cordon : filet noir séparant les couleurs.

Berger button : Dispositif utilisant un ressort permettant d'écartier la flèche au départ.

Clicker : lame flexible fixée sur la fenêtre de l'arc et destinée à entendre son click lorsque la flèche est tendu complètement.

Empennage : plumes

Enferrons : pointes

Encoche : pièce plastique permettant de fixer la flèche sur la corde entre les nock-set..

Nock-set : repère d'encoche en métal se fixant sur la corde .

Plumes coq : généralement de couleur différente, elle est opposée à la fenêtre de l'arc. Les deux autre plumes sont appelées plumes poules.

Poupée : Extrémité de la branche pour l'accrochage de la corde.

Repose flèche : élément rapporté sur la poignée supportant la flèche, en plastique pour les arcs de débutant ou en métal et magnétique pour les arcs de compétitions.

LES "**PLUMES DE PROGRESSION**" : pour les poussins (Arc classique et d'initiation)

➤ Conditions d'obtention :

Les scores à réaliser se font par volées de 2 flèches, sur blason de Ø 80 cm évidé au 7 (jaune et rouge enlevés), le blason étant retourné :

- une flèche en zone évidée vaut 5 points,
- une flèche en zone blanche vaut 3 points.

Au maximum, une volée d'essai (2 flèches) est autorisée.

Plume	Distances de tir	Nombre de flèches	Scores à réaliser
Blanche	6 m	4 x 2 flèches	24 points
Noire	8 m	4 x 2 flèches	24 points
Bleue	10 m	6 x 2 flèches	36 points
Rouge	12 m	6 x 2 flèches	36 points
Jaune	14 m	6 x 2 flèches	36 points

PASSAGE DES PLUMES

Plume	Score	Date	Lieu	Nom de l'animateur et signature
Blanche				
Noire				
Bleue				
Rouge				
Jaune				

LES **"FLECHES DE PROGRESSION"** : pour toutes catégories, en particulier les débutants (Arc classique et Arc à poulies)

➤ Conditions d'obtention :

Au maximum, 2 volées d'essai sont autorisées.

Flèche	Distances de tir	Nombre de flèches	Scores à réaliser	Diamètre du blason
Blanche	10 m	6 x 3 flèches	140 points	80 cm
Noire	15 m			
Bleue	20 m			
Rouge	25 m			
Jaune	30 m			
Bronze	30 m	12 x 3 flèches ou 6 x 6 flèches	310 points	122 cm
Argent	50 m			
Or	70 m			

FLECHES DE PROGRESSION				
Flèche	Score	Date	Lieu	Nom de l'animateur et Signature
Blanche				
Noire				
Bleue				
Rouge				
Jaune				
Bronze				
Argent				
Or				

MES REGLAGES

DISTANCES	REGLAGES SUR L'ARC
5	
8	
10	
12	
15	
18	
20	
25	
30	
40	
50	