



Le Trait d'Union

- les Archers de la Rance -



Comité de rédaction : Yolande, Typhaine, Noémie, Fabrice, Philippe, Didier

Coup de Coeur

Cela nous vient du fond des âges cette envie de l'arc.

Du fond de nous-même aussi parfois!

On se mesure à soi-même...

C'est une question d'équilibre dit la chanson,
dedans / dehors - En haut comme en bas...

Ce vieil homme, les yeux fermés,
se souvient du geste...

Hermès

Règlez le Ban

le mot du président

vous trouvez plaisir à nous lire... Nous avons quelque peu modifié la présentation pour que la lecture soit plus attractive.

Pourquoi ce petit journal ?

Pour partager nos expériences, pour vous rencontrer et mieux vous connaître. Connaître aussi vos envies, émotions, joies que procure la pratique du tir à l'arc. Donner des nouvelles de la vie du club, des concours et résultats...

Aussi pour vous proposer quelques éclairages sur l'histoire de notre sport, sur la technique, les différentes disciplines, l'arbitrage, les «petits trucs» qui simplifient souvent la vie... Proposer une information quand vous souhaitez vendre du matériel...

Et avant tout vous donner du plaisir à la lecture, et peut-être serez-vous dans l'attente du prochain numéro! Toute l'équipe de rédaction se met à votre écoute pour répondre à vos espérances.

Diane Chasseresse & San Sebastian



Et voilà le numéro 1 est paru !

Déjà le numéro 2... et nous espérons que

Archers, je vous salue !

Les 2 et 3 juillet derniers sur le terrain de football de Saint-Jouan-des-Guérets, le club organisait trois concours, Fita et Fédéral, pour le samedi et Fita Star pour le dimanche. Malgré une météo capricieuse, ces deux journées furent un réel succès tant par l'ambiance générale que par le nombre d'archers ayant répondu présents. Pas moins de 14 départements étaient représentés!

Je vous parle d'un monde que les moins de 20 ans ne peuvent pas connaître...

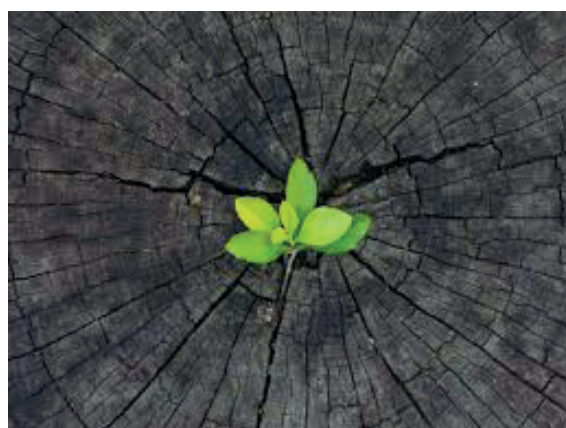
Samedi 2 juillet, les archers de la Rance organisaient un dîner pour fêter... leurs 20 ans justement! C'est en 1996 que fut créé ce club aujourd'hui plein de vigueur et particulièrement actif. Environ 400 archers y ont pratiqué ou y sont encore membres.

Radio Carquois

l'Actualité des Archers de la Rance

Carnet rose :

Le 29 août dernier, le petit Hector est venu au monde. Avec une maman comme Aurélie PITARD, gageons qu'il sera un fameux Cupidon. Bienvenue à lui et toutes nos félicitations à la maman, au papa et au désormais grand frère.



Petite fleur qui naît au coeur pour Hector...

Avis aux e-archers.

Depuis quelques mois, le club dispose d'un nouveau site internet. Il se veut être un espace d'échange et d'information entre nous tous. Alors n'hésitez pas à vous y inscrire sur <http://lesarchersdelarance.sportsregions.fr/> Une simple recherche « les archers de la rance » dans le moteur de recherche Google suffit pour trouver le site.

Un petit air belge soufflerait-il sur les archers de la Rance ?

Le 15 octobre, c'étaient moules - frites et fiesta. Plus de 160 convives se sont retrouvés dans une ambiance festive. La soirée s'est prolongée tard dans la nuit pour le plus grand plaisir de tous.

Et de 100 !! Nous avons atteint les 100 archers cette année et pour la première fois.

Nous en sommes bien sûr très heureux et nous souhaitons la bienvenue à vous tous qui venez de rejoindre le club – débutants ou confirmés...

la Flèche Bleue



Archers voyageurs ...à plusieurs jets de flèche de là...

Cette nouvelle rubrique est pour vous...emparez-vous en!

L'idée est simple: faites-nous découvrir une autre terre d'arc. Envoyez-nous *article et photos* pour nous raconter votre découverte d'un club, d'un concours, d'un parcours, d'un groupe d'archers...Ainsi nous ferons honneur à notre nom: le **Trait d'Union**!



Cet été, en vacances dans le Var, j'ai eu la chance de tirer quelques flèches sur le pas de tir des **Archers du Dragon** à Draguignan. Cette compagnie de 63 adhérents, née en 1996, intervient lors des fêtes et tournois médiévaux fréquents dans cette région et développe ses activités avec beaucoup de dynamisme!



Récemment créés, leur pas de tir extérieur et leur parcours 3D sont de toute beauté et se situent dans un cadre extraordinaire - pour la vue, les odeurs, les sons... et bien sûr la chaleur!

Je tiens particulièrement à les remercier pour leur accueil et le plaisir que j'ai eu à tirer dans ces conditions. C'est vraiment une envie forte pour moi d'aller découvrir au fil de mes voyages d'autres compagnies d'arc et de rencontrer d'autres archers! Situé à la sortie de Draguignan, au-dessus du Domaine viticole du Dragon, dont le



rosé m'a laissé de beaux souvenirs... vous trouverez ce site entre montagnes et collines, flanqué de chênes verts et de pins maritimes, colorés par une myriade de plantes et de fleurs odorantes à souhait!

Pour les contacter: www.lesarchersdudragon.fr/



Alors, amis archers, n'hésitez pas à nous faire partager vos belles découvertes...

Hermès

Si l'Arc m'était conté...

...depuis 3000 ans...



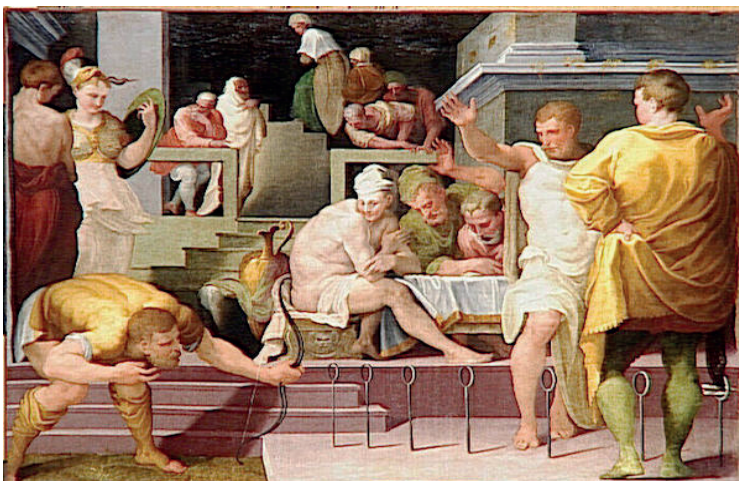
archer assyrien sur son char - bas-relief

Les Compagnies de Tir à l'Arc, héritières des confréries nées au Moyen-Age, se distinguent des clubs uniquement sportifs par leur attachement aux traditions issues d'une histoire très riche.

Le matériel fut progressivement perfectionné : bois durci au feu, flèches en pointes dentelées, utilisation de la pierre, de l'os, et de l'empennage en plume. Dans la Haute Antiquité les habitants des contrées pauvres en bois fabriquèrent des arcs par collage de bandes de cornes, d'os, de nerfs et de tendons, créant ainsi, 3000 ans avant nos arcs contemporains, les premiers arcs composés.



La littérature est riche en récits concernant l'arc et le Tir à l'Arc: le premier grand archer serait *Ulysse*. Tous les peuples de notre civilisation antique (Egyptiens, Syriens, Perses, sans oublier l'Extrême-Orient) avaient des armées composées uniquement d'archers (souvenons-nous des archers numides ralliant l'armée de *Scipion l'Africain*, d'*Hannibal*, vaincu à Zama en 202 avant



Ulysse et son arc aux cornes d'antilopes

J.C.).

En Afrique, comme en Amérique ou chez les Romains, l'arc fut essentiellement une arme de chasse.

Durant le Haut Moyen-Age, l'arc était toujours l'arme prépondérante pour la chasse comme pour la guerre. Avec celui-ci, *Robin des Bois* ne se défendit-il



pas contre les troupes de Jean Sans Terre, et ne chassât-il pas le daim dans la forêt de Sherwood ?

En 1260, *Saint Louis* publie une ordonnance par laquelle chacun est «*requis de prendre exercice du noble jeu d'arc, plutôt que de fréquenter d'autres jeux dissolus*» et s'inscrit dans une confrérie.

Charles IV le Bel reprend cette ordonnance et conseille «*au sénéchaux, baillis, prévôts et autres officiers du royaume de mettre en exécution la-dite ordonnance point à point, sous peine d'encourir son indignation*».

Archer Anglais



De sinistre mémoire, les défaites infligées aux français qui avaient opté pour l'arbalète, 5 fois plus lente, par les archers anglais - Crécy en Ponthieu (1346), Poitiers (1356), Azincourt (1415) - confirmèrent la suprématie de l'arc sur les autres armes. **Charles VII**, voulant doter la France d'une véritable armée nationale, créa par les ordonnances de 1445 et 1448 le Corps des *Francs Archers*. Exemptés de certains impôts, ces Francs Archers, roturiers pour la plupart, devaient se conduire noblement, sinon ils étaient sévèrement punissables et amendables. **En** temps de paix, les confréries s'invitaient en de grandes fêtes appelées «*Bouquets*». Ces fêtes survivent encore de nos jours en «*Pays d'Arc*» (Région au nord de Paris). **Teintées** comme bien d'autres d'esprit religieux et royal, ces confréries parurent suspectes à la Révolution, qui les abolit avec les privilèges en 1790.



Jeux olympiques - 1904

Puis, peu à peu, les décrets perdirent de leur vigueur, et très pacifiquement, les coutumes réapparurent. Les rites ancestraux de chevalerie que les archers n'ont jamais cessé de se transmettre au cours des générations, conjugués à

l'esprit sportif, conduisirent les Compagnies d'Arc à s'organiser et à se structurer en *Rondes et Familles*, d'abord en «Pays d'Arc», puis sur l'ensemble du territoire.

C'est ainsi que la Fédération Française de Tir à l'Arc (F.F.T.A.) vit le jour en 1928 et que trois ans plus tard elle fut à l'origine de la création de la Fédération Internationale de Tir à l'Arc (F.I.T.A.).

Depuis, beaucoup de chemin a été parcouru! Après bien des vicissitudes, à partir de 1972, le Tir à l'Arc est reconnu de façon permanente en tant que Discipline Olympique. Un nombre croissant de spécialistes ne cesse de faire évoluer et progresser l'archer et son matériel.

Hermès

Parole d'Archer

5 questions à ... Tiphaine Petit-Durand

et en avais-tu essayé d'autres avant ?

Des Usépiades étaient organisées par la ville de Saint Malo pour toutes les écoles malouines. On allait à Rennes en car et on pouvait tester 4 sports sur une journée... Le jour où j'ai découvert le tir à l'arc, j'avais fait du trampoline, du base-ball et du basket également mais devine



Bonjour Tiphaine, depuis combien de temps pratiques-tu le tir à l'arc ?

Bonjour. J'ai commencé le tir à l'arc en 1992 (à 8 ans), juste après que Sébastien Flûte ait gagné sa médaille aux JO de Barcelone... J'ai fait plusieurs

pauses dans « ma vie d'archère » mais je suis toujours revenue avec la même passion et la même envie ! J'ai commencé le tir à la JASS à Saint Malo dans la salle qui sert au badminton aujourd'hui après les tatamis ! C'était horrible ! Il s'agissait d'un hangar : très chaud l'été et très froid l'hiver!! Il fallait vraiment être motivée et aimer le tir à l'arc !

Comment as-tu découvert ce sport

quel sport l'a emporté? J'ai toujours fait du sport à côté du tir à l'arc. Pendant longtemps j'ai fait du foot puis du basket, du badminton et pour finir du handball. Mes mercredis étaient bien remplis ! En fait, j'avais besoin d'un sport « défouloir » en plus du tir à l'arc. Le tir me permettait de me canaliser et de travailler ma concentration. Les autres sports servaient plus à rigoler !

Avec deux qualifications aux championnats de France cette année, tu es une des meilleures archères du club et tu as également été amené à conduire des entraînements.

Selon toi, quelles sont les qualités essentielles pour progresser et

s'épanouir dans le tir à l'arc ?

L'entraînement, l'entraînement et encore l'entraînement ! Le tir à l'arc est un sport de répétition de mouvements. Pour devenir régulier, il n'y a pas de secret, il faut envoyer de la flèche. Il n'existe pas une façon de tirer mais des milliers ! Bien sur les bases sont les mêmes pour tous mais après c'est la régularité qui prime ! Chacun a sa manière de tirer. Un point très important : le lâcher prise ! Je ne joue pas sa vie sur un concours, ou même à l'entraînement ! Ce n'est que du sport ! Oui c'est casse pied de faire une mauvaise flèche ou une mauvaise compétition, mais y en aura d'autre et je préfère me concentrer sur le positif ! Ok, j'ai mal tiré mais pourquoi ? Est-ce que j'y étais vraiment ou est-ce que je pensais à mon boulot, aux études, aux enfants...? Qu'est ce qui n'allait pas et surtout qu'est ce qui allait? Je ne compte pas mes mauvaises flèches mais les bonnes, celles qui sont dans la zone que je me suis définie. Combien sont dedans ? Est-ce que ce chiffre progresse Quand je retire mes flèches en cible, je commence par la moins bonne pour finir par la meilleure, pour rester sur une image positive.

Le tir à l'arc c'est 80 % de mental !

Le top 3 de tes meilleurs souvenirs d'archère?W

- Mon 1er souvenir: quand j'ai remporté le tournoi secondaire de Nîmes en janvier 2015 ! Nîmes organise tous les ans soit un tournoi européen soit une manche de la coupe du Monde en salle. Les meilleurs mondiaux y sont, tu peux te retrouver sur ta cible à tirer avec les Coréens ou Brady Elison ou Jean Charles Valladont. Hyper impressionnant donc ! Un premier tir qualificatif sélectionne les 64 meilleurs pour rentrer dans le tournoi principal. Tous les autres vont au tournoi secondaire : 1 volée d'essai et 4 volées de 3 flèches et zoup c'est fini. Donc ce week-end là, très impressionnée d'être là, je n'ai pas fait mes scores habituels. Exit le concours principal, retour à l'hôtel ! Le lendemain matin, retour au parc expo de Nîmes avec pour unique objectif ma qualification dans l'équipe du SMAJ (Saint Médard Archers des Jalles – équipe de D1). On était 5 filles pour une équipe de 4... La journée commence par 2 flèches avalées par une mallette mangeuse de flèches, super ! Bon, début du concours, je tire, j'enchaîne les bonnes volées et hop fini ! Les filles de ma cible me félicitent pour mon tir (117/120). Contente mais encore dans ma bulle je ne réalise pas. Il faut l'intervention d'Aurélie Pitard pour que je regarde les scores des toutes les autres filles au pied des cibles et que l'information s'imprime : « Ooh-hhh punaise Aurélie, j'ai gagné !!! C'est moi qui ait gagné un arc tout neuf !!! »

- Mon 2ème souvenir: ma première D1 en mai 2014 (ndlr: équivalent de la ligue 1 de foot). C'était à Ruelle sur Touvre, à côté d'Angoulême, j'y croisai pour la première fois tout le staff de l'équipe de France, les nouveaux et les anciens athlètes. « Waouh ça y est, je suis dans la cour des

Le Trait d'Union - les Archers de la Rance - 5
grands ! » Tellement de stress et de pression, je ne savais plus tirer ! C'est aussi la découverte du tir en équipe, et là j'ai pris mon pied, enfin mon arc ! C'était vraiment extraordinaire ! - Et ça m'emmène à mon 3ème souvenir : Le CD 35 en équipe en 2016! Je n'ai jamais vu une telle ambiance et tellement de soutien entre des filles en compétition ! C'était juste énorme .



Honnêtement, y a qu'en Bretagne que j'ai vu ça! « Et puis c'est vrai qu'avec les filles de l'équipe, bah quand on tire ensemble, on est une vraie machine à jaune ! Je pense que ça vient d'une grande cohésion d'équipe. On sait comment se parler, quoi se dire pour se motiver et c'est ce qui fait notre force!

Quels sont tes projets sportifs à court, moyen et long terme ?

Vaste question... Cette année en salle, je me suis fixée 2 objectifs :

- une qualification au France, passer le « cut » du 1er tour, là où j'ai échoué l'an dernier, malgré une très bonne performance pour mon 1er France en salle.

- les qualifications pour les championnats d'Europe, et donc porter le maillot tricolore. Pas évident à atteindre, très ambitieux pour cer-

tains, mais je suis arrivé à un moment où j'ai envie du plus haut niveau. Je vais m'en donner les moyens!

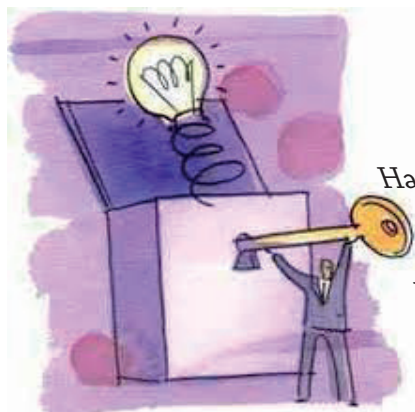
Pour l'extérieur, j'ai deux objectifs...
- en individuel, me qualifier au France bien sûr et passer le cut (encore et toujours ce cut fatal).

- en équipe, la finale de Division Régionale FITA avec une équipe solide et solidaire. Je sais que c'est possible si chacune y met du sien!

Une dernière chose à ajouter ?

Vous allez trouver ça bateau mais je voudrais remercier quelques personnes : Notre club et Fabrice tout d'abord qui m'a accueillie, même quand je ne faisais plus partie des Archers de la Rance, quand j'étais en D1. Mes amis du tir, Margot, Matthieu et Maxime en particulier, qui sont toujours là. On bosse ensemble, on souffre ensemble et on rigole souvent ensemble ! Pascal et Christine également, parce que qu'on sait toujours quand on part s'entraîner avec Florian (Ndlr : le conjoint de Tiphaine dans la vie) et Matthieu mais on ne sait jamais quand on rentre! Florian, forcément, qui me soutient et m'accorde du temps quand ça ne va pas et qui me pousse, cherche des solutions pour avancer encore, encore et encore. Promis tu seras fière de moi !

Et puis vous tous aussi qui avez lu ces lignes. Parce que vous avez tous toujours un petit mot gentil, une attention avant ou après une compétition, quand ça rentre ou quand ça boude le jaune ! Alors tout simplement MERCI, MERCI, MERCI.
la Flèche Bleue



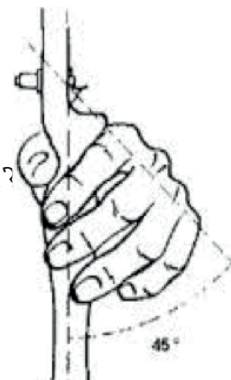
LA BOÎTE À IDÉES **ta main ! mais ta main !!!!**

Haa... mon bras qu'est tout bleu! Ouille. C'est l'métier qui rentre ?
conseil:

Fais comme si tu faisais de la moto, vroum-vroum !

Et si tu penses que la douleur n'est pas nécessaire dans la vie:

Mets un protège-bras!



Moi, j'suis... très Nature!

3D - Nature - Campagne



Le tir beursault

Aujourd'hui je vous propose de découvrir avec moi une très ancienne discipline du tir à l'arc: le Beursault. Les tirs 3D, nature ou campagne ont essentiellement pour origine la chasse, Le Beursault, lui, nous vient tout droit de l'*art militaire* en «Pays d'Arc». Cette dénomination désigne l'Île de France et le Nord de la France. Les compagnies d'Arc y étaient essentiellement localisées tout au long des 4 affluents à droite de la Seine.

Comme vous l'avez vu dans «Si l'arc m'était conté», le XIIème siècle voit naître l'obligation du maniement de l'arc. C'est dans ce contexte qu'est créé le Beursault, cet entraînement aux règles spécifiques tout droit venues de la guerre. Jugez plutôt:

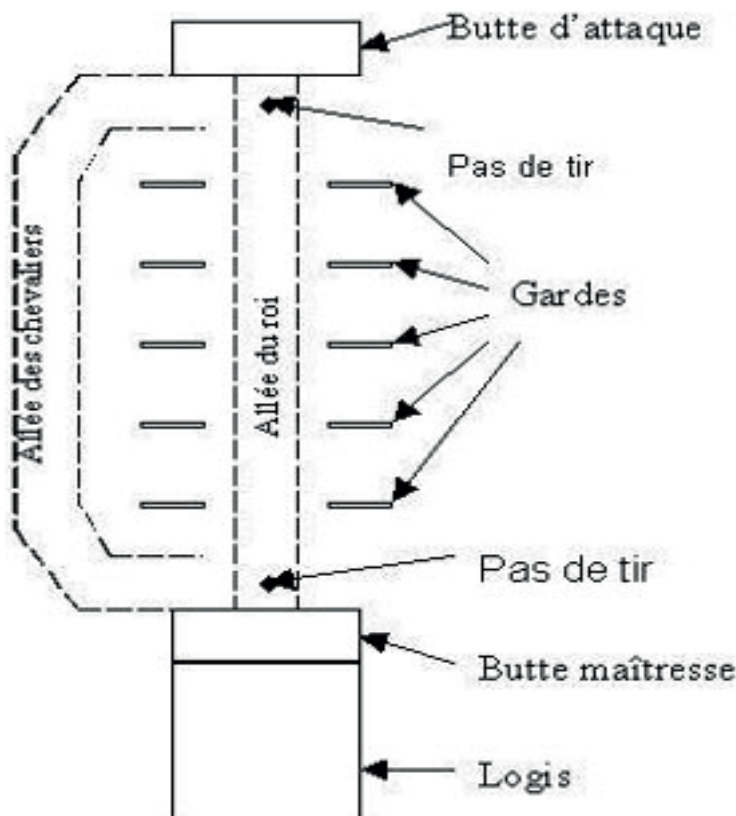
Distance de tir: 50 mètres en extérieur (distance optimale lors des tirs de combat)

Diamètre de la cible: 45 cm (le bassin de l'ennemi)

Hauteur de la cible: 80cm (jointure de l'armure)

A noter que cette hauteur est souvent amenée à 1 mètre aujourd'hui.

concurrents sur une cible: le peloton constitué de 4 à 6 archers. On tire adossé à une des 2 cibles (pour

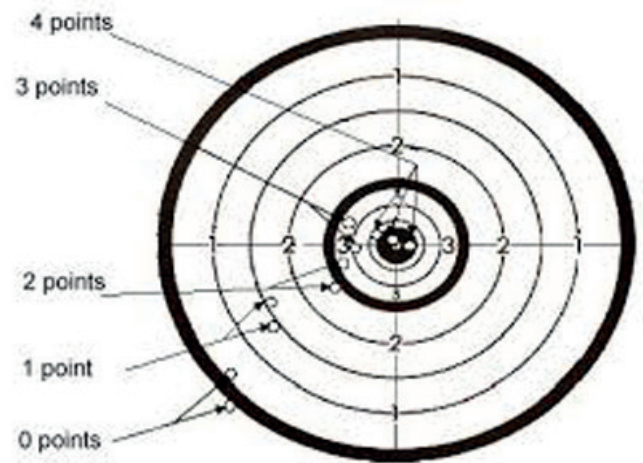


ne pas laisser l'ennemi nous prendre à revers!).

Tirs: dans un Jardin d'arc clos, - lieu du tir Beursault - deux buttes: Maîtresse et d'Attaque. Celles-ci sont reliées par l'allée

du Roy. Deux cibles s'y font face et l'ont tire en aller-retours (des Haltes) d'une butte à l'autre (cf. schéma ci-contre).

Points: la Carte (le blason) comporte les Honneurs (de 1 à 4 points), les chapelets (3 et 4 points), les Douleurs (3 points), le Noir (4 points, la Mouche (rond blanc au centre du Noir). Le Marmot (petit blason à la taille des Chapelets (3 et 4 points) est rajouté sur la carte et offert à l'archer qui le touche en premier selon un rituel précis.



Déroulement:

Dans le peloton, chacun tire une flèche (le tout en une minute) adossé à la première cible. Puis tous se rendent par l'allée des Chevaliers à la carte, notent les scores, se retournent et tirent sur l'autre butte/carte. La compétition comporte 20 Haltes (20 allers-retours) et donc 40 flèches par archer. On comptabilise le nombre d'Honneurs et de Chapelets selon les catégories.

Il est à noter que les cordons sont tous défavorables. Les traditions et termes sont nombreuses encore dans cette discipline - comme vous l'avez constaté. Par exemple les différents temps sont souvent sonné à la trompe, le salut aux buttes, aux archers, le Marmot délivré à l'archer. Par ailleurs les buttes doivent toujours être munies d'une carte même s'il n'y a pas de tir, sans quoi on dit que la butte «pleure» ou «est morte».

Les Archers de la Rance abritent plusieurs adeptes de ce tir. Ils en vantent l'ambiance, l'exigence et le caractère si particulier. Ils sont tout prêts à vous accueillir... Renseignez-vous auprès de Fabrice, d'Yvan ou de Yolande par exemple!

Ishtar

Flèches Marquantes

Tous les résultats sur le site:

<http://lesarchersdelarance.sportsregions.fr/>

A Vézin-le-Coquet, le 11 juin, s'est tenu le championnat départemental 2x70 mètres.

- En arc classique senior dame:
 - 1ère: Tiphaine PETIT-DURAND 538
 - 3ème: Margaux TREVILLY 386
- En arc classique senior homme,
 - 6ème: Mathieu GICQUEL: 493
 - 7ème: Florian GICQUEL: 421
- En arc à poulies senior homme:
 - 1er: Fabrice TRECAN: 653
- En arc à poulies vétéran homme:
 - 4ème: Pascal GICQUEL: 510
- En arc à poulies super vétéran dame:
 - 2ème: Yolande BENIC: 591
- En arc à poulies super vétéran homme:
 - 3ème: Yvan CESSOU: 589

- 46ème: Fabrice TRECAN
senior homme arc à poulies
- 5ème: Yolande BENIC
super vétéran femme arc à poulies



A Ruelle sur Touvre (Poitou Charente), les 10 et 11 septembre, s'est déroulé le championnat de France FITA Scratch Classique.

- 89ème: Tiphaine PETIT-DURAND

Rappelons, que Tiphaine était également sélectionnée pour le championnat de France de tir en salle. Cela fait donc deux participations aux France en une saison. Bravo à elle !

A Loudéac (22), le 10 juillet, se déroulait le championnat FITA de la ligue de Bretagne par équipe. Les archers de la Rance étaient représentés par deux formations :

- 5ème: l'équipe hommes arc à poulies
Fabrice TRECAN, Yvan CESSOU et Pascal GICQUEL
- 10ème: l'équipe hommes senior arc classique
Mathieu et Florian GICQUEL et Maxime ROULLOIS

A Reims, les 27 et 28 août, deux archers de la Rance ont défendu nos couleurs au championnat de France Fédéral.

Deux des nôtres se sont rendus au Championnat de France de tir Beursault dans le jardin d'arc du Donjon d'Hadricourt. Avec une météo clémente trois beaux résultats:

- 14ème: Fabrice TRECAN
40 honneurs, 30 chapelets et 119 points
- 4ème: Yolande BENIC - au pied du podium
39 honneurs et 89 points. Avec quelques regrets!
- 26ème: Damien WUNDERLE

Licencié pour cette compétition au club de Pleslin-Trigavou, Damien nous a rejoint aux Archers de la Rance depuis septembre. Bravo à lui pour cette première participation au France Beursault!

Sur le pas de tir

Technique et Conseils

Dans ce numéro, vous trouverez les premiers éléments de compréhension et de réglage de votre arc.



1 Déterminer la hauteur de l'arc :

Le choix de la hauteur de l'arc est déterminé par l'allonge du tireur.

Utilisez le tableau ci-dessous pour déterminer l'arc qui convient le mieux à votre allonge. Avec un arc trop petit l'angle créé par la corde pincera vos doigts, ce qui rendra l'arc inconfortable. Un arc trop long ne sera pas sollicité suffisamment pour fournir son efficacité maximale.

HAUTEUR RECOMMANDEE POUR UN ARC CLASSIQUE					
HAUTEUR D'ARC	VOTRE ALLONGE				
	23-25"	25-27"	27-29"	29-31"	31" et +
60-62"	X				
62-64"		X			
64-66"			X		
66-68"				X	
68-70"					X

2 Choix de la corde:

Le poids et le nombre de brins de votre corde détermine le choix.

La corde est constituée par plusieurs brins dont le nombre dépend de la puissance de l'arc et du matériau utilisé (dacron pour les arcs d'initiation, fast flight pour les arcs de compétition).

Sa longueur est fonction de la hauteur de l'arc.

Les extrémités d'une corde forme des anneaux appelés *poupées*. La poupée supérieure possède un anneau plus important que la poupée inférieure. La partie centrale de la corde ou la flèche vient se «clipser» s'appelle la *tranche fil*.

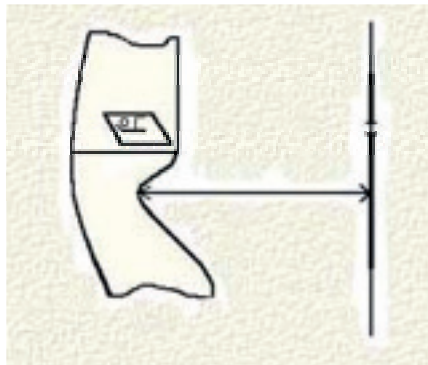
Dacron	Fast Flight
de 15 à 30 => 8 (à 10) brins	de 25 à 30 => 12 brins
de 30 à 40 => 10 (à 12) brins	de 30 à 35 => 14 brins
plus de 40 => 12 (à 14) brins	de 35 à 40 => 16 brins
-	de 40 à 45 => 18 brins
-	plus de 45 => 20 brins

Pour un rendement optimum, nous choisirons la corde la plus légère possible tout en restant le plus près possible des données ci-dessus.

A titre indicatif, la longueur de corde est d'environ 8 à 10 cm plus courte que la hauteur de l'arc. (Corde en place sur l'arc détendu)

3 Le band:

Tirer avec un band constant et adapté à votre arc est fondamental!



Le band d'un arc est la distance comprise entre la corde et le centre de l'arc (creux de poignée). Il dépend donc de la longueur de la corde. Le band intervient directement sur la vitesse de sortie de la flèche. Les fabricants de matériel prévoient un band moyen pour l'utilisation de leur arc.

Hauteur de l'arc	Band
64"	21 à 22 cm
66"	21 à 22 cm
68"	22 à 23 cm
70"	23 à 24 cm

Le réglage du band se fait en vrillant plus ou moins la corde.

Plus on vrille, plus on raccourcit la corde, plus on augmente le band. On veillera à affiner ce band en fonction du tableau ci-dessus, du confort de chacun (bruit, vibrations...) et du groupement des flèches.

4 Position du repose flèche:

Votre précision de tir est en jeu!

Repose flèche plastique :

La position du repose-flèche doit permettre un bon passage des empenages au niveau du plancher et de la fenêtre d'arc. La hauteur (h) acceptable du point d'appui de la flèche sur le repose-flèche est de l'ordre de 15 à 20 millimètres au-dessus du plancher de la fenêtre.

La position de l'écarteur doit placer la flèche le plus près possible de l'axe médian des branches.

Le point d'appui de la flèche sur le repose-flèche se trouve dans l'axe vertical de l'arc (ligne passant par le creux de poignée).

Ces éléments permettent de déterminer un placement de base qui évoluera en fonction de la finesse de réglage et des qualités de l'archer.

Repose flèche métallique :

Le repose flèche métallique s'escamote au passage de la flèche. Il sera plus sensible aux erreurs. Le repose flèche métallique nécessite de se doter d'un Berger Button.

Règlement & Arbitrage

Soyons Précis!...

Voilà les compétitions

qui reprennent. Et par la même occasion la saison salle voit fleurir les arbitres d'intérieur. Comme leurs cousines éloignées, les Orchidées, les arbitres n'aiment pas les courants d'air, s'épanouissent dans une chaleur raisonnable et ont besoin de beaucoup de lumière! De même que leurs consoeurs monocotylédones, les arbitres peuvent être très exigeants dans leurs relations sociales, notamment avec les archers. Nous allons donc porter aujourd'hui toute notre attention à cette famille si particulière dont on ne saurait se passer!!

L'arbitre et le déroulement de la compétition:

L'arbitre est garant de la bonne marche d'une compétition. A ce titre, il doit...

• Avant le concours :

1. Prendre connaissance de la convocation qui doit être adressée par l'organisateur aux arbitres
2. Effectuer toutes les vérifications nécessaires (terrain, distances, blasons) au bon déroulement du concours, en utilisant la liste du rapport d'arbitre
3. Prendre contact avec le responsable de l'équipe de terrain et s'assurer que le greffe contrôle bien la validité des licences, du passeport sportif et du certificat médical de chaque concurrent



4. Contrôler l'affectation des cibles
5. Contrôler l'installation des tireurs sur le terrain, des arcs et diriger l'échauffement, en concertation avec le directeur des tirs
6. Contrôler la tenue vestimentaire des archers : tenue obligatoirement blanche ou tenue du club.

• Pendant le concours :

1. Faire respecter les consignes de sécurité, les horaires de la compétition
2. Faire respecter le règlement du tir avec fermeté
3. Régler les situations particulières ou difficiles avec bon sens
4. Veiller au nombre de flèches tirées par archer
5. Gérer les incidents de tir et les défaillances d'équipement
6. Guider les nouveaux compétiteurs
7. Contrôler continuellement les équipements des archers
8. Suspendre le tir et réunir l'ensemble de la commission des arbitres, le cas échéant, devant une situation difficile. L'arbitre, en toute circonstance, doit rester calme, attentif, poli, aimable mais ferme, avoir un jugement rapide tout en prenant le temps de bien analyser la situation pour préserver l'équité.

• Après le concours :

1. Ne signer les qualifications qu'après proclamation des résultats ou présentation d'un justificatif
2. Aider le greffe dans le

contrôle des feuilles de marque ou des résultats, classements individuels et par équipes

3. Signaler au greffe les éventuels records

4. Enregistrer les demandes de FITA STAR, FITA TARGET ou ARROWHEAD

5. Demander les résultats complets de la compétition

6. Adresser les documents demandés à la FFTA et les demandes des distinctions de la WA aux responsables.



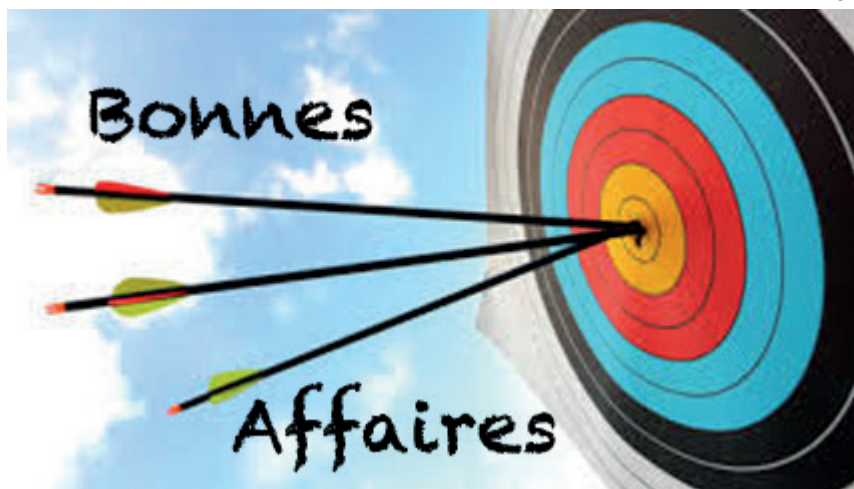
L'arbitre participe grandement à l'image positive de notre sport.

- Il favorisera avec la plus grande courtoisie, dans le respect des règlements, le travail des médias en les guidant vers les espaces qui leur sont réservés et en les renseignant autant que faire se peut
- De même, vis à vis du public, il prodiguera les recommandations nécessaires pour mieux apprécier la compétition dans l'intérêt du public et des participants.

Eh non! L'arbitre ne se promène pas sur le pas de tir ! Il travaille à pour notre plaisir de tirer !

Alors la prochaine fois: allez dire un grand **MERCI** à vos arbitres ...

Diane Chasseresse



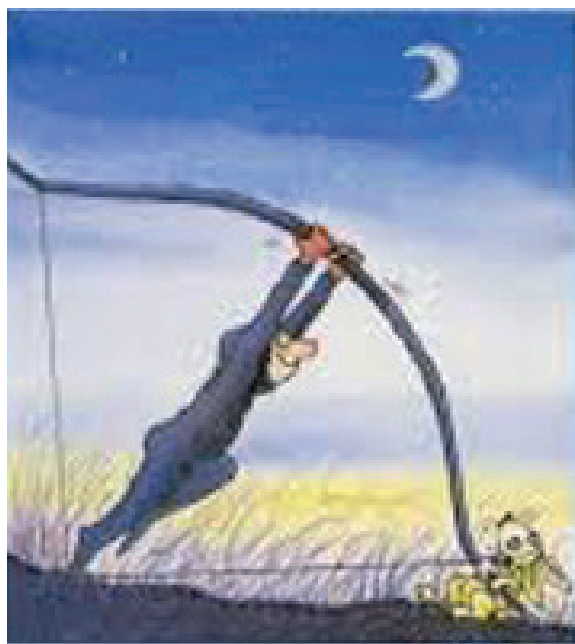
concernant l'archerie: flèches, arcs, cordes, équipement de l'arc et de l'archer...

Le prochain N° sera diffusé début janvier pour les deux mois de janvier et février. Nous devons être saisis de vos offres pour le 15 décembre 2016 au plus tard afin de traiter votre demande.

Ishtar

Bon, j'demande pas la lune! J'aimerais juste faire un peu de points! J'aimerais faire le point, arriver à point, et même à pointer donc, à point nommé... Pour ça... faudrait pas penser qu'on m'a dit! Pensez-donc...

Dès que je suis en visée, Pan c'est reparti, je pense. Alors j'ai décidé de viser la lune tout compte fait - non pas celle de vos séants - mais bien celle qui brille en blanc tout là-haut. Les yeux fermés c'est plus sûr, histoire de ne pas s'aveugler! Et puis comme ça, l'esprit dans la lune, mine de rien, j'y pense... à rien! Et quand j'y pense



c'est déjà passé. Et hop, le tour est joué !! Et voilà, c'est l'heure de faire les comptes. Et M'sieur l'Conte n'y est pas, mais pas du tout, tout Aristo qu'il est! Argh... encore raté. Faire du jaune qu'y disent, moi je vois rouge en attendant! Bon, les goûts et les couleurs...je sais... Alors j'ai décidé de passer à la suite, de vraiment viser la lune!! On m'a déjà dit parfois que j'étais une flèche, alors ? Pourquoi pas ? L'esprit bien tendu vers mon but, le corps bien gainé itou, je choisis une belle nuit claire, vent faible, bonne luminosité, repère un courant ascendant et Youpi... J'm'envoie en l'air ; d'un coup d'un seul, sans même y penser, d'un seul trait... Trait pour trait, je joue la fille de l'air, l'air de rien! J'en ai perdu mon but du coup, tout à mon vol, à l'exaltation, au plaisir de la vitesse, j'ai perdu de vue l'objectif ! Plus de jaune

ni de rouge ni rien! Bref, retour dans l'oeuf, viré de ma poule, je ne sais plus où j'en suis!!! Mais là bien blotti dans mon cocon, enfin... dans mon coco, qu'est-ce que je vois? Mon jaune, rond et profond, chaud et accueillant! Ahhh ... ça y est... j'y suis dans l'jaune!!

Alors voilà ce deuxième numéro qui prend fin, en queue de poisson, enfin si on peut dire! De poissons volants au moins... Mais les points, je suis sûr que vous allez les faire, à la pelle comme notre ami à droite... Hihhi, pas à la peine que vous serez, c'est sûr ! A l'appel vous allez répondre, c'est certain, de tous les concours qui vous attendent... alors bon automne!

Hermès

Fan de ménages Pour l'humour des mots

