

# TIRE A L'ARC - AUTIGNY

## INTRODUCTION

Le tir à l'arc est pratiqué dans le monde entier et comme pour les autres sports, il est important d'avoir l'équipement adéquat lors de l'entraînement. L'arc et les flèches font partis de l'équipement d'un archer ; un terrain de tir à l'arc avec un sol plat et une ligne de tir sont nécessaires pour pratiquer le tir à l'arc sur cible en toute sécurité.

Il ne faut pas se contenter d'installer une cible quelque part et de tirer des flèches pour pratiquer le tir à l'arc.

Pour la sécurité de ce sport ; il est essentiel de définir l'emplacement du terrain, la procédure du tir et d'avoir la présence d'un superviseur (moniteur).

Quant à l'emplacement du terrain de tir, nous devons penser à la promotion de ce sport, par conséquent, le lieu de tir doit être dans un endroit convenable et fréquenté. Ceci est un moyen d'attirer des nouveaux pratiquants.

## RÈGLES À RESPECTER

### Règle 1

Il y a une ligne visible et claire au sol, appelée ligne de tir. Seuls les archers en train de tirer doivent se trouver à cheval sur cette ligne. Pour le tir à l'arc sur cible, il y a une seule ligne de tir pour tous les archers, même s'ils ne tirent pas à la même distance.

### Règle 2

Il y a des couloirs de tir (avec cibles) perpendiculaires à la ligne de tir. Les archers doivent uniquement tirer sur la cible dans leur couloir depuis la ligne de tir.

### Règle 3

Le tir se fait dans une seule direction.

### Règle 4

La mise en tension de l'arc doit constamment être faite en direction de la cible. L'arc ne doit pas être tendu dans une orientation telle que si la flèche était involontairement décochée, elle sorte de la zone de sécurité (en arrière de cibles).

### Règle 5

Les cibles ne doivent pas être trop fermes (particulièrement pour les débutants afin d'éviter le rebondissement des flèches) et doivent être bien fixées sur les supports. Les supports doivent être bien stabilisés.

**Ces règles doivent être respectées à tout moment, lors des entraînements. Ce sont les conditions pré-requises pour la pratique du tir à l'arc en toute sécurité.**

# TIRE A L'ARC - AUTIGNY

## INSTALLATIONS INTERIEURES

Selon le climat, les caractéristiques du lieu et la possibilité d'avoir un terrain extérieur, une salle à l'intérieur peut être utilisée. Ceci permet de pratiquer le tir à l'arc quelque soit la saison.

Parfois, un club peut utiliser un gymnase ou tout autre salle pratique pour tirer à l'arc.

L'avantage des installations intérieures est la protection des archers. Tout particulièrement dans les pays aux hivers froids et pluvieux.

La distance de tir en salle la plus courante est de 18m. La grandeur moyenne d'un gymnase est de 24m de long, 12m de large et 6m de hauteur. Cette distance est celle des Championnats du Monde en salle.

Derrière les cibles, il doit y avoir un dispositif qui arrête les flèches. Cela peut-être un filet pour arrêter les flèches.



### Autre exemple :

Lorsque l'on tire à l'intérieur, la zone de sécurité sur les côtés de l'air de tir peut-être réduite, en utilisant des panneaux. Ces panneaux verticaux ou légèrement en diagonaux sont requis lorsqu'il y a des éléments sensibles (fenêtres) est la cause de l'endommagement ou du rebondissement des flèches vers la ligne de tir



# TIRE A L'ARC - AUTIGNY

## INSTALLATIONS INTERIEURES

Les recommandations ou chartes suivantes sont à suivre pour une installation à l'intérieure :

- La ligne d'attente doit être à 5m derrière la ligne de tir. Ce peut être réduit à 3m en cas de manque de place. Toutefois la sécurité ne doit pas être sacrifiée.
- Derrière la zone d'attente, les archers doivent respecter la concentration des autres compétiteurs.
- Derrière la zone d'attente, les archers doivent en aucun cas avoir leur arc dans la main. Il sera mis sur le repose arc.
- L'accès au terrain se fait uniquement derrière la ligne de tir.
- Tout autre accès doit être barré lors de la pratique.
- L'accès aux portes de secours doit être libre.
- Les débutants doivent en premier lieu suivre des cours d'initiations.
- Les cours d'initiations se font au nombre maximum de dix archers.
- L'âge minimal requis pour les cours d'initiations est de dix ans.

Le nombre de cibles dans une salle est habituellement déterminé par la largeur de la salle à disposition. Dans notre cas, nous commencerons par deux cibles. Chaque archer a besoin de 80 centimètres d'espace sur la ligne de tir. Toutefois il est recommandé de prévoir un espace de 100 centimètres pour les personnes handicapées en chaise roulante. Pour les cours d'initiations le nombre d'archer est d'un par cible. La distance de tir sera au départ à 5m.

Les blasons pour une compétition en salle à 18m ont un diamètre de 40cm. Le but de tir doit être plus grande que le blason pour que les flèches qui manquent la cible atterrissent dans le support et pas dans le rideau derrière.



# TIRE A L'ARC - AUTIGNY

## INSTALLATIONS INTERIEURES – CIBLE

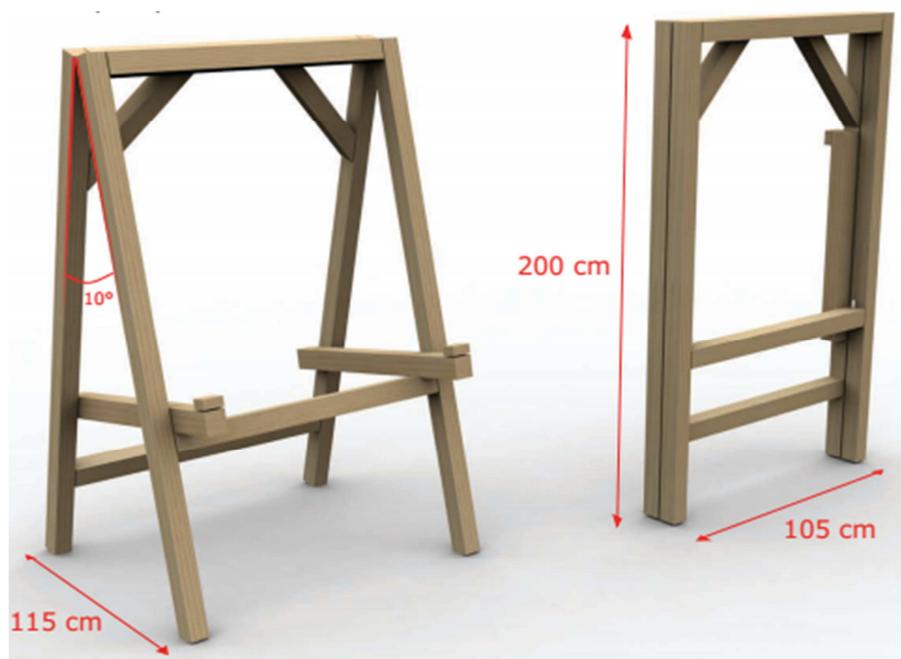
Les blocs de mousse avec une centre interchangeable ou non arrêtent les flèches en les serrant lors de l'impact, il est plus dur et plus difficile d'extraire les flèches de la butte. Ces buttes sont composées d'une mousse ferme en plastique.

Afin d'augmenter la durée de vie de la cible, et d'éviter que des flèches ne passent au travers, il est recommandé d'installer tapis flottant (juste suspendu - puissance d'arrêt) en caoutchouc derrière la cible.

## INSTALLATIONS INTERIEURES – SUPPORT DE CIBLE

Pour les débutants, il est recommandé d'utiliser des chevalets en bois et bas pour les trois raisons suivantes :

- Afin que les flèches sur les cibles soient plus basses que le visage des débutants. Cette configuration diminue le risque d'accidents lorsqu'un archer est heurté par la partie arrière d'une flèche extraite de la cible.
- Les flèches perdues ne vont pas très loin et devraient être retrouvées facilement.
- Des buttes plus basses permettent aux personnes petites ou en chaises roulantes de récupérer plus facilement les flèches.



# TIRE A L'ARC - AUTIGNY

## INSTALLATIONS INTERIEURES – PROTECTION AU SOL

Dessous le support à cible, il sera préférable de mettre des panneaux pour protéger le sol. Il sera fixé sur ces panneaux un dispositif qui rendra stable le support à cible.

Dans le couloir de tir, il sera mis au sol un tapis ou moquette épais.

## MATÉRIEL

### Support à rideau



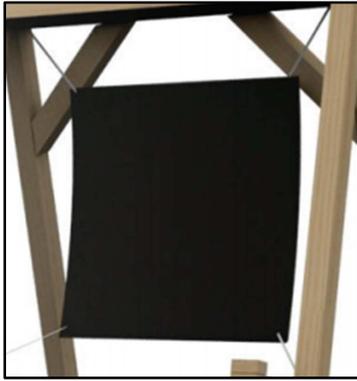
### Rideau anti-déchirure



### Chevalet



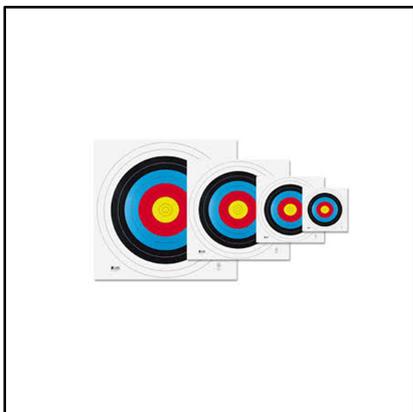
**Juste suspendu - Puissance d'arrêt**



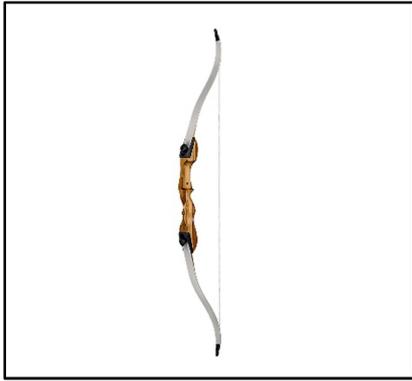
**Cible – Bloc de mousse**



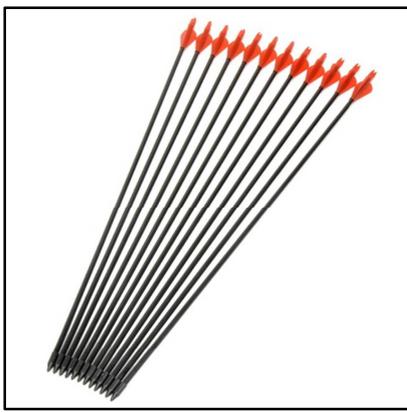
**Blasons**



## Arc d'initiation



## Flèches



## Support à arc



## Gant



## Protection avant-bras



## Plastron

