



Calendrier

- **Passages de flèches courtes**
Dimanche 1 décembre
- **Tir de Noël**
Dimanche 15 décembre
- **Séances annulées**
Vendredi 15 novembre
Samedi 16 novembre
Dimanche 17 novembre
Samedi 30 novembre

Mise à jour du site effectuée,
pour rendre plus conviviale
la navigation

TAPEZ SUR GOOGLE
ARCHERS BCS

GILLES

| | | |
|-------------------------|-----------------------|--------------|
| Lundi 20h30-21h30 | Compétiteurs | Alain-Gérard |
| Lundi 21h30-22h30 | Tir-Libre | |
| Mardi 19h00-20h30 | Débutants | Xavier |
| Mardi 20h30-22h30 | Tir-Libre | |
| Vendredi 20h00-21h30 | 2eme et 3eme Année | Gilles |
| Vendredi 21h30-22h30 | Tir-Libre | |
| Samedi 16h30-18h00 | Débutants | Alain |
| Samedi 18h30-19h00 | Tir-Libre | |
| Dimanche 09h00-10h30 | Tir-Libre | |
| Dimanche 10h30-12h00 | Débutants | Gérard |

Le mot du secrétaire

Vie du Club

BIENTÔT NOËL.....

ON VA FÊTER ÇA !

La saison est bien entamée, et malgré les nombreuses séances supprimées, la fréquentation des pas de tir est satisfaisante. Parfois même, il y a beaucoup de monde dans le gymnase, au point qu'il est difficile de trouver une place pour tirer. A ce propos, il est important que la liste des présents soit renseignée à chaque séance.

Nous espérons qu'il y aura autant de monde pour participer au traditionnel Tir de Noël. Cette séance est ouverte à tout archer qui le souhaite, quel que soit son niveau. L'essentiel est d'apporter sa bonne humeur (en plus de son équipement de tir !).

Venez donc nombreux le dimanche 15 décembre, de 14h à 18h au gymnase Jaurès

Inscrivez-vous obligatoirement sur le site à cette adresse :

<https://sites.google.com/site/archersbcs/les-evenements-2011-2012/tir-de-noel>

(Et n'oubliez pas de cliquer sur **Envoyer** pour que votre inscription soit validée)

Passage de flèches

Belle séance de passage de flèches ce dimanche 10 novembre, pourtant coincé en plein milieu d'un weekend prolongé. Dix-huit archers et archères sont venus s'évaluer à une ou plusieurs distances.

Les résultats sont très encourageants. Dix flèches ont été attribuées et il y a sept nouveaux inscrits parmi les bénéficiaires. Certains, d'ailleurs, ont obtenu deux flèches au cours de cette séance.



Ils ont réussi la flèche blanche (10 m)

| | |
|-----------|------------|
| Nora B. | 171 points |
| Jules C. | 166 points |
| Daniel B. | 165 points |
| Arnaud F. | 161 points |
| Sophie J. | 141 points |



Ils ont réussi la flèche noire (15 m)

| | |
|-----------|------------|
| Arnaud F. | 159 points |
| Daniel B. | 156 points |



Il a réussi la flèche bleue (20 m)

| | |
|-------------|------------|
| Bertrand V. | 147 points |
|-------------|------------|



Il a réussi la flèche rouge (25 m)

| | |
|-------------|------------|
| Emmanuel B. | 142 points |
|-------------|------------|



Il a réussi la flèche jaune (30 m)

| | |
|----------------------|------------|
| Bertrand T. (ARC NU) | 144 points |
|----------------------|------------|

Bravo à tous.....

Prochain passage de flèches courtes 1er décembre.

Venez nombreux !

Inscrivez-vous sur le site.

<https://sites.google.com/site/archersbcs/les-evenements-2011-2012/passages-de-flèches-inscription>

ADRESSES UTILES

- mail du président : laurence-poree@bbox.fr
- mail du trésorier : philippe.tri@live.fr
- newsletter : alain.resche@bbox.fr
- Club : https://sites.google.com/site/archersbcs
- FFTA : www.fft.fr
- Département : http://www.tiralarc92.com
- Région : http://tiralarcidf.com

Lecture et matériel

- Site intéressant : <http://www.letiralarc.fr/>
- Livres : Les Fondamentaux du Tir à l'arc
Méthode pour la performance
- Forum : <http://integralsport.com/>
- Archerie : Top archerie à Argenteuil
Gold Archerie à Suresnes
France Archerie Pte de Vincennes



CE QU'IL FAUT SAVOIR:

SUR LES REGLAGES DU BERGER BOUTON

1er Etape

Le préréglage de l'alignement positionne la flèche de façon à la faire dépasser de la corde d'une demi-épaisseur du côté de l'extérieur de la fenêtre d'arc :

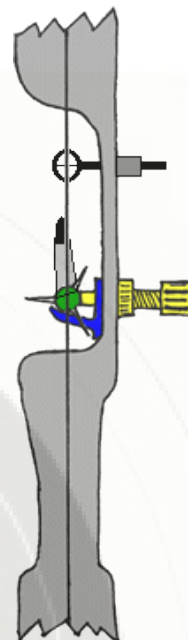
2eme Etape

Pour faire le préréglage de la dureté du ressort du bouton, alignez le viseur sur la corde et tirez sur une bande de papier disposée verticalement à 5 mètres.

Pour un droitier (inverser pour un gaucher) :

Si les flèches arrivent à gauche, desserrez la vis de pression du ressort pour assouplir le berger. Si les flèches arrivent à droite, serrez la vis de pression du ressort pour durcir le berger. Ajustez jusqu'à ce que le groupement se fasse sur la bande.

Ce réglage compense aussi une légère désadaptation de flèche. Si le fût est trop souple, vous obtiendrez un berger très dur et si le fût est trop raide, vous obtiendrez un berger trop mou. Si le choix de tube est trop éloigné de l'idéal, le réglage est impossible et bouton compensateur est inefficace.



3eme Etape

Avant de passer aux réglages fins, vérifiez l'adaptation flèche-arc en tirant à 15 mètres des flèches empennées et sans plume. Les flèches sans plume doivent être dans le même groupement que les autres.

Pour un droitier (inverser pour un gaucher) :

Si elles sont à droite, le tube est trop souple, si elles sont à gauche le tube est trop raide.

| flèche empennée : ▲ | | flèche non empennée : • | |
|------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------|--|
| | | | |
| Droitier : Tube trop souple Gaucher : Tube trop raide | | Tube adapté | |
| | | Droitier : Tube trop raide Gaucher : Tube trop souple | |

4eme Etape

Pour faire le réglage fin, réglez le viseur pour une distance de 15 mètres et tirez sur un visuel de 5cm de côté à 5, 10, 15, 20, 25 et 30 mètres, sans jamais toucher au réglage du viseur. Ajuster les réglages selon la courbe obtenue :

| | | | | |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| | | | | |
| Ecartement : | Ecartement : | Réglage Berger Correct | Pression : | Pression : |
| Droitier : Sortir le berger Gaucher : Rentrer le berger | Droitier : Rentrer le berger Gaucher : Sortir le berger | | Droitier : Durcir le berger Gaucher : Ramollir le berger | Droitier : Ramollir le berger Gaucher : Durcir le berger |

EN CONCLUSION

Si vous comptez régler le berger bouton de votre arc, demandez des conseils à vos entraîneurs ils sont là pour cela.

http://www.youtube.com/watch?v=p4mJdb65d30&feature=player_embedded#!



Archers de Bois-Colombes • Novembre 2013 • n°79

Photographies du passage de flèches courtes du 10 novembre



Conclusion

Bien sur il est important de venir aux passages de flèches pour confirmer sa progression,
mais il faut pour que cette progression soit régulière venir avec assiduité et plaisir aux cours

Vos Entraîneurs

<https://www.youtube.com/watch?v=oEGymMLMzGY>