



## Calendrier

### • CHALLENGE

Samedi 16 Juin  
de 14h00 à 22h00  
au Terrain «Le Mignon»

### • PASSAGE DE FLECHES COURTES

Mardi 05 Juin 2012 à 18H30  
au Terrain «Le Mignon»

### • PASSAGE DE FLECHES LONGUES

Jeudi 24 Mai 2012 à 18H00  
Jeudi 07 Juin 2012 à 18H00  
au Terrain «Le Mignon»

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

[www.archers-bcs.com](http://www.archers-bcs.com)

Sebastien

#### HORAIRES DES COURS AU TERRAIN

Lundi 19h00-20h30	Tous Niveaux	Gilles
Mardi 19h00-20h30	Tous Niveaux	Xavier
Mercredi 16h30-19h00	Tous Niveaux	Marc
Jeudi 19h00-20h30	Tous Niveaux	Sébastien
Vendredi 19h00-20h30	Tous Niveaux	Alain
Samedi 16h30-18h00	Tous Niveaux	Permanence
Dimanche 10h30-12h00	Tous Niveaux	Gérard

## Le mot du secrétaire

### Vie du Club

#### Participation à la Dizaine du Sport de Bois-Colombes :

Le Club va participer à la manifestation «Dizaine du Sport» de Bois-Colombes qui va se dérouler du 18 au 27 juin. Une initiation au Tir à l'Arc pour les CE2 des écoles de Bois-Colombes sera assurée par les retraités du Club (qui sont... en nombre suffisant). La mobilisation la plus importante aura lieu le dimanche 24 juin, sur le site du Lycée Camus. Nous aurons un stand permettant de faire tirer quatre archers à 5/7 mètres. Il s'agit aussi d'une initiation, mais pour une population plus diversifiée. Tous les archers se sentant capables d'expliquer à un débutant comment on doit tenir un arc seront les bienvenus à partir de onze heures sur le stand des Archers de Bois-Colombes. Faites-vous connaître auprès des membres du bureau si souhaitez participer à cette manifestation.

#### Passage de flèches courtes et de plumes

Bravo. Vraiment bravo. Malgré le froid et la pluie (non, non, nous ne sommes pas en novembre...en mai seulement) les archers opiniâtres de Bois-Colombes ont fait preuve de courage pour tenter et obtenir le niveau de flèches qui marque leur progression ! Et ça a payé. Douze archers, et cinq flèches plus une plume obtenues en deux passages. C'est du 50% de réussite...Pas mal !

Que cela n'empêche pas les autres de faire des efforts. Il y a encore plusieurs dates pour tenter de passer des flèches.

Allez ! Courage!!!!!!

#### Il a réussi la plume Jaune (14 m)



Pierre C.

36 points

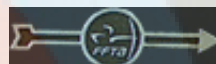
#### Elle a réussi la flèche blanche (10 m)



Jessica P.

154 points

#### Ils ont réussi la flèche noire (15 m)



Stéphane A.

142 points

Florent B.

147 points

#### Il a réussi la flèche bleue (20 m)



Flèche – Sans viseur

Jonathan J.

142 points

#### Ils ont réussi la flèche jaune (30 m)



Laurent F.

141 points

**Bravo à tous.**

**La date des prochains passages de flèches courtes et longues voir le tableau du calendrier ou le site du club....**

## ADRESSES UTILES

- mail : [contact@archers-bcs.com](mailto:contact@archers-bcs.com)
- newsletter : [alain.resche@bbox.fr](mailto:alain.resche@bbox.fr)
- Club : [www.archers-bcs.com](http://www.archers-bcs.com)
- FFTA : [www.fft.fr](http://www.fft.fr)
- Département : <http://www.tiralarc92.com>
- Région : <http://tiralarcidf.com>

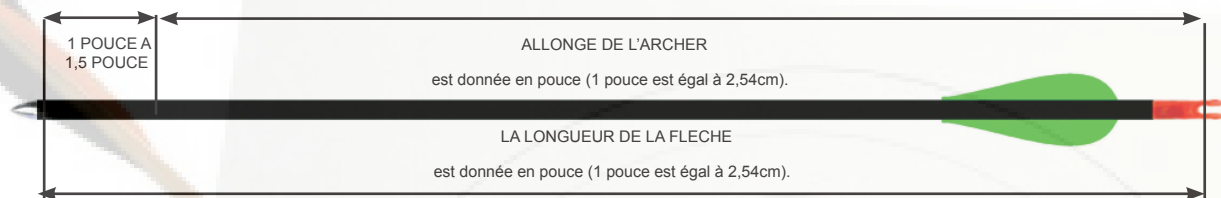
## Lecture et matériel

- 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

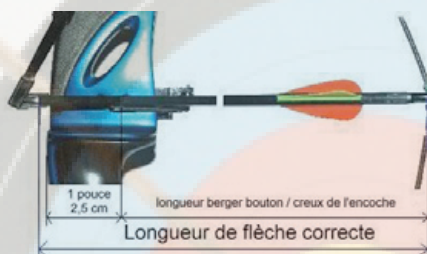


## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

### *SUR L'ALLONGE*



**L'allonge de l'archer** correspond à la distance comprise entre le creux de l'encoche et le fond du grip lorsque l'archer est en position de lâcher (soit normalement l'axe du berger button). Une fois mesurée, la longueur de votre flèche pourra être déduite : elle devra être égale à votre allonge augmentée de 1 à 1,5 pouce (soit environ de 2,5 à 4cm) ce qui devrait correspondre à l'extrémité extérieure de la plaque métallique sur laquelle le clicker se rabat en fin de traction.



**La longueur de la flèche**, qui est la distance entre le creux de l'encoche et la base de la pointe de flèche (soit l'extrémité du tube), est liée à votre allonge. Par contre, dans un premier temps elle doit être choisie plus grande car :

- d'une part, à mesure que la technique de tir est mieux maîtrisée, l'allonge augmente.
- d'autre part, si l'archer est jeune et en pleine croissance, il y aura lieu d'en tenir compte pour ne pas avoir à remplacer trop régulièrement ses flèches.

Maintenant que vous avez déterminé votre allonge et donc la longueur de la flèche qui vous est propre, il vous faut encore déterminer la puissance réelle de votre arc à votre allonge et donc vous permettre de déterminer, grâce aux tableaux des fabricants de tubes, le dernier critère qui doit vous permettre choisir vos tubes, «le Spine».

**Vous êtes sur le point de d'acquérir votre matériel, c'est une étape importante qui nécessite un peu de méthode.**

*1ère étape : (à réaliser avec un entraîneur)*

*Pesage exact de l'arc à votre allonge. (arc nu, sans stabilisateurs)*

*Placez une flèche à votre allonge sur votre arc. Tirez sur la poignée jusqu'à ce que la flèche échappe le clicker, sans lâcher la flèche. La lecture du peson vous donnera à cet instant la puissance exacte de votre arc à votre allonge. ( en livres, 1 livre anglaise = 454 grs. ). Notez le résultat obtenu*

*2ème étape : (à réaliser avec un entraîneur)*

*Détermination de la longueur de votre allonge et ensuite de la longueur de votre flèche. Positionnez une flèche sur votre arc, puis tirez sur la poignée jusqu'à ce que vous sentiez que vous êtes au maximum de votre possibilité de traction, sans forcer excessivement. L'entraîneur fait une marque sur votre tube au niveau de l'axe du berger button. Il vous faudra faire plusieurs essais pour confirmer la position de cette marque. Pour obtenir la longueur réelle de votre tube vous devrez ajouter la valeur d'1 pouce à 1,5 pouce.*

*3ème étape : (à réaliser avec un entraîneur)*

*Vous avez la puissance de votre arc et la longueur de vos futures flèches. Il vous faut maintenant consulter et choisir un tube sur le tableau de référence, soit Easton pour des flèches alu, soit un des tableaux fournis par les fabricants de tube en fibre de carbone, vos entraîneurs, mais aussi l'état de vos finances.*

## EN CONCLUSION

**Si vous comptez assembler vos flèches vous même, demandez des conseils à vos entraîneurs ils sont là pour cela.**



## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

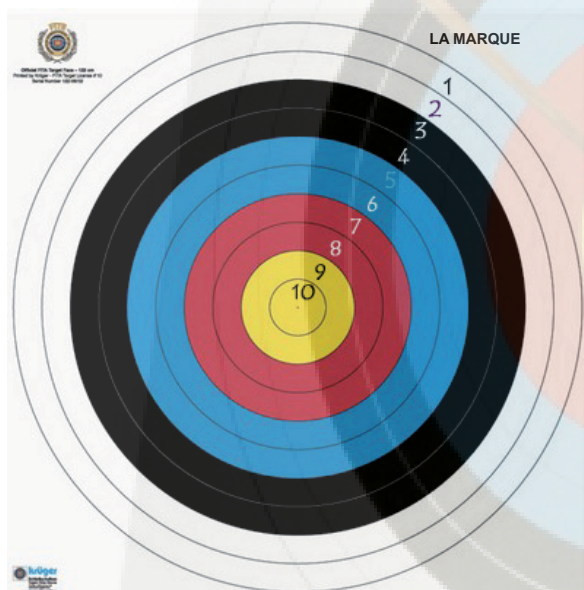
### *SUR LE PASSAGE DE FLECHES LONGUES*

A partir du mois de Mai, une fois par mois, au terrain «Le Mignon», le club organise un passage de flèches longues. C'est un événement qui doit vous permettre de prendre conscience du niveau de perfection qui faut pour obtenir ses flèches longues. La flèche de bronze à 30 m, la flèche d'argent à 50 m, et la flèche d'or 50 m.

#### Son déroulement.

Sur un blason de 122 cm et en 6 volées de 6 flèches, (chaque volée durant 4 mm) où en 12 volées de 3 flèches (chaque volée durant 2 mm), vous devrez obtenir 310 points sur les 360 possibles. Je me permet d'ouvrir une petite parenthèse sur le score à réaliser pour réussir sa flèche : en effet alors qu'il suffit de faire une moyenne de 24 points par volée de trois flèches pour obtenir sa flèche courte, vous devrez en faire 26 pour obtenir votre flèche longue. Après 1 volée d'échauffement, 2 volées d'essai permettant le réglage de votre arc, les six ou douze volées comptées du passage de flèches peuvent débuter.

LA CIBLE 122\*122 CM



**Flèche d'Or : 70 M**



**Flèche d'Argent : 50 M**



**Flèche de Bronze : 30 M**

#### ILS SONT EN OR



Gérard

Sébastien



Xavier

Alain

Eric E.

#### ILS SONT COUVERTS D'ARGENT



Marc

Philippe

Gilles

DU HAUT DE LEUR PIEDestal  
LEURS STATUES DE BRONZE  
VOUS REGARDENT

#### Comment reporter les scores sur les feuilles de marque

Vous serez au minimum deux archers par cible, souvent trois, des fois quatre, ceci suivant le nombre de participants. Deux des archers seront chargés de noter les scores. Le premier sur la feuille de Marque qui sera remise à la fin du tir au greffe et permettra au responsable du pas de tir de vous attribuer ou non la flèche suivant votre score ( 310 points et plus sur 360). Le second le fera sur la contre-marque qui sera conservée par l'archer dont le nom figure en partie haute de la fiche.

Une marque et une contre-marque sont attribuées à chaque archer, c'est l'archer qui annonce son score en commençant par la meilleur flèche puis la seconde et enfin la moins bonne. Si une flèche est litigieuse il faut appeler l'arbitre qui tranchera. A chaque volée le total doit être fait et le cumul mis à jour. Les deux archers vérifient que les scores correspondent bien sur la marque et sur la contre marque.

## EN CONCLUSION

Vous avez atteint le niveau du passage de flèches longues .

**Le Passage de flèches est à aborder avec sérieux et concentration.  
C'est une compétition..... contre-vous même.**




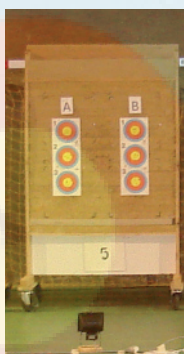






## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

### *sur LE TIR FITA (Salle)*

La discipline appelée « FITA Salle » qui est l'ancienne formule du tir en salle où l'on tire successivement aux distances de 18 mètres et 25 mètres 60 flèches à chaque fois. C'est donc un concours avec 2 distances sur cibles Anglaise : 2x25m et 2x18m. Il se déroule sur une journée. Généralement le matin, à une distance de 25m sur blason de 60cm, pour toutes les catégories, l'après midi à une distance de 18m, comme au concours salle 2x18m. Les compétitions se déroulent sur 2 x 10 volées de 3 flèches en 2 minutes maximum par volée. Le score maximum est de 600 points. Le maximum de points est donc de 1200 points. Les blasons pour les arcs à poulies sont de type trispots, c'est à dire 3 blasons alignés verticalement ou en triangle où l'on ne tire qu'une seule flèche et où la zone de score va de 6 à 10 points et le 10 est réduit de moitié. Les blasons trispots sont maintenant aussi utilisés pour les phases finales et les championnats importants en arc classique. Cette épreuve est de plus en plus rare et n'est plus homologuée. Elle sera à court terme remplacée par le 4 x 18 mètres.

 ARC CLASSIQUE	 Pour les arcs classiques avec viseur Sur Cibles anglaises de 40 cm à 18 m puis sur cible de 60 cm à 25 m de 5 couleurs (blanc, noir, bleu, rouge, jaune), chacune divisée en 2 zones.	 ARC A POULIES	 Pour les arcs à poulies Sur Trispot de 40 cm à 18 m et de 60 cm à 25m Pour cette catégorie d'arcs la zone du 10 est réduite de moitié par rapport à celle des arcs classique	 ARC NU	 Pour les arcs nus Sur Cibles anglaises de 40 cm de 5 couleurs (blanc, noir, bleu, rouge, jaune), chacune divisée en 2 zones.
---	--	--	---	--	---

Voici les distinctions que vous pourrez obtenir grâce au score que vous aurez fait lors de votre concours .....

Ecussons Tir en Salle - Arcs Classiques				
Flèches Bleues				
Pts	450	500	540	570

## EN CONCLUSION

**Vous verrez peut-être sur le carquois de certains archers du club ces distinctions n'hésitez pas à leur poser des questions ils se feront un plaisir d'y répondre. Bon Tir en Salle.**

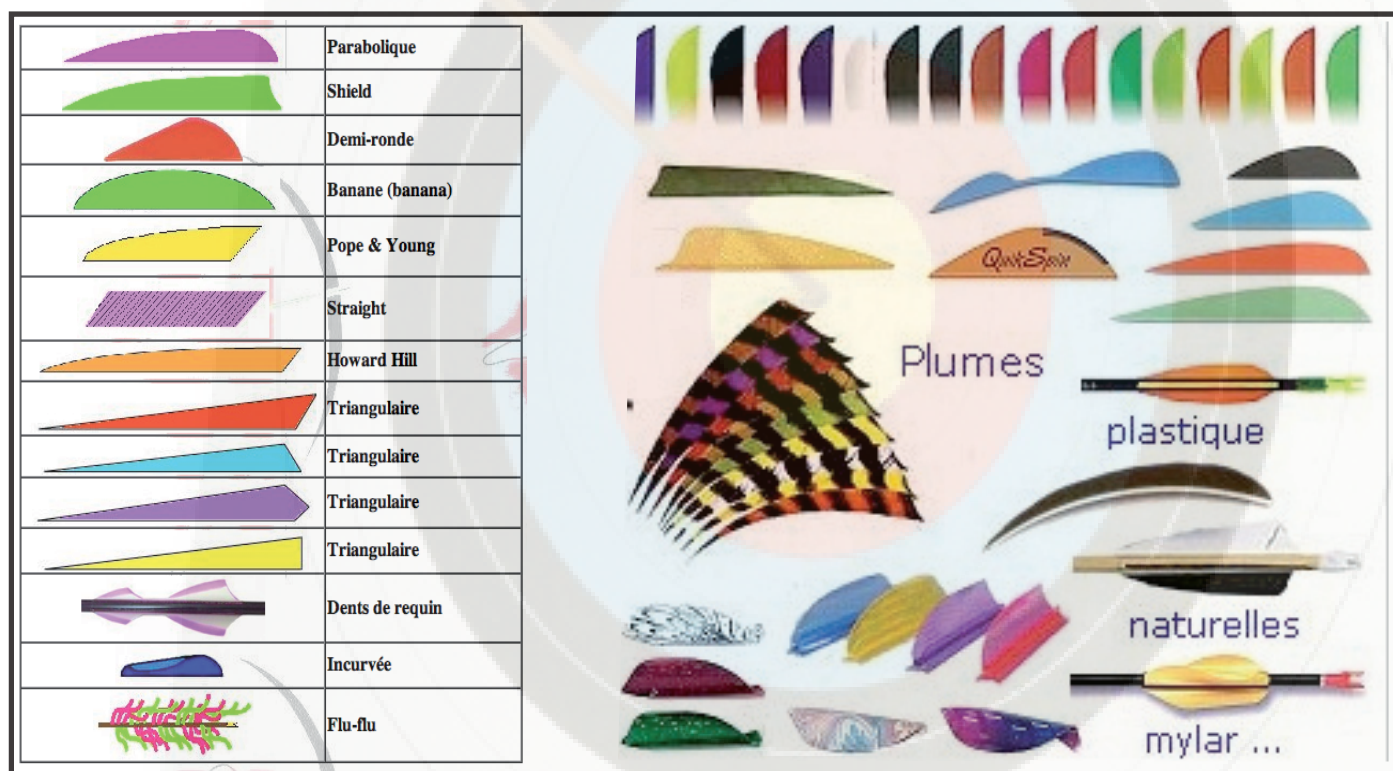


## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

### *SUR LES PLUMES*

Les formes, les tailles et les couleurs des plumes sont très variées, parabolique, demi-ronde, banane, shield. Si à l'origine les plumes étaient des plumes naturelles, de dindon ou d'oie, elles sont maintenant en plastique. Dans tous les cas la nature du matériau qui la constitue doit être adapté à votre pratique du tir à l'arc, au type d'arc et à la distance de tir.

Pour choisir une plume le principe est simple. Il faut se rappeler que l'ensemble des plumes qui forment l'empennage ont comme rôle de permettre à la flèche d'être plus stable en augmentant le frottement de la zone arrière de la flèche avec l'air. Plus les plumes sont petites, plus la flèche sera rapide mais moins elle sera stable. Il faut donc trouver un juste compromis. Pour la forme de la plume, c'est une question de goût. La forme parabolique est plus populaire aux USA. La forme incurvée, dite Spin Wing existe pour droitier et pour gaucher, permet de donner un effet de rotation à la flèche, comme le font les striures du canon d'un fusil pour une balle. Là encore c'est une question de choix.



L'empennage est constitué de 3 plumes (généralement une plume d'une couleur, c'est la plume «coq» et de deux plumes d'une autre couleur, les plumes «poule»). La plume coq permet de repérer le sens de l'encoche, elle est toujours située vers l'extérieur de votre arc, ceci que vous soyez droitier ou gaucher.

## EN CONCLUSION

**Si vous comptez assembler vos flèches vous même,  
demandez des conseils à vos entraîneurs ils sont là pour cela.**