



## Calendrier

### • Passage de flèches à 14h00

dimanche 03 avril 2011

### • Pas de cours

Samedi 19 mars 2011

Samedi 30 avril 2011

### • Séances de rattrapage

Dimanche 20 mars 2011

Dimanche 15 mai 2011



Sébastien a remis à jour le site du club : nouvelle présentation, nouvelles rubriques et des formulaires très pratiques simples à utiliser. pour s'inscrire aux concours et Challenges.

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

lundi	Compétiteurs	Gérard + Alain	20h30-22h30
mardi	Débutants	Xavier	19h00-20h30
	Confirmés		20h30-22h30
vendredi	Intermédiaires	Sébastien	20h00-21h30
	+ Confirmés	+ Marc	21h30-22h30
samedi	Intermédiaires	Alain	16h30-17h45
	Débutants	+ Marc	17h30-19h00
dimanche	Confirmés	tir libre	09h00-10h30
	Débutants	Gérard	10h30-12h00

## Le mot du secrétaire

### A tous les niveaux de la Précision

Très réjouissante l'affluence sur les pas de tirs ce dimanche 6 mars pour le passage de flèches courtes. La ligne des 20m pour la flèche bleue était particulièrement fournie, signe d'une progression satisfaisante des archers. Près d'un tiers des tireurs a réussi son passage, toutes distances confondues, ce qui est un très bon résultat.

*Beaucoup parmi les malchanceux de ce dimanche affichent des scores prometteurs qui laissent augurer des réussites proches. La poursuite des efforts engagés portera ses fruits bientôt.*

### Le passage de flèches

03 avril 2011

Ils ont réussi la flèche blanche

(10m)

Pierre V : 144 points

Léonard H : 142 points

Ils ont réussi la flèche bleue

(20m)

Franck L : 152 points

Pascal M : 144 points

Elio D : 142 points

Il a réussi la flèche jaune

(30 m)

Peter T : 140 points

**Et bravo à tous.**

## ADRESSES UTILES

- mail : [contact@archers-bcs.com](mailto:contact@archers-bcs.com)
- newsletter : [alain.resche@neuf.fr](mailto:alain.resche@neuf.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



### Passage de flèche du 06 mars 2011



Vous avez atteint les distances  
de 20m, 25 m et 30 m.  
Maintenant le moindre défaut dans la posture,  
dans les placements ou encore dans la continuité  
du mouvement a immédiatement une répercussion  
sur votre résultat



la même précision est nécessaire pour établir les résultats .....  
les arbitres furent souvent sollicités.....et les justes récompenses remises







## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

### *SUR LES POIGNEES*

La poignée est la partie centrale de l'arc, elle est composée de bois, de plastique, de métal, ou encore une fois pour les plus sophistiquées de carbone. Il existe 2 types de poignées : la poignée du droitier et la poignée du gaucher. Elle peuvent avoir des tailles différentes pour s'adapter à la morphologie de l'archer 23,25, voir maintenant des 27 pouces de longueur ( ....cm).

#### EN BOIS

Comme il y a des fondamentaux pour apprendre le tir à l'arc, il y a aussi des fondamentaux pour les matériaux qui constituent les arcs et par conséquent pour leurs poignées. Le bois en est un, sinon le premier. La liste des essences utilisées est longue et comme pour les branches très localisées au pays où il est fabriqué. Dans tous les cas se sont des bois de grande densité pour un usinage précis afin d'obtenir une optimisation du fonctionnement de l'arc et un meilleur confort de tir.

Les chênes, l'ébène et certains bois précieux pourront rentrer dans la fabrication des poignées, transformant celle-ci en véritable objet d'art.

De nos jours, le lamellé-collé a remplacé les essences rares, mais cette industrialisation n'a pas que des mauvais côtés, pour un prix très accessible vous pouvez avoir un arc très confortable.

Vous en avez sûrement déjà vu, peut-être en utilisez-vous déjà un au club. En effet le bois est l'un des matériaux le plus utilisé pour la fabrication des poignées des arcs d'initiation.

Les poignées d'arc en PVC, ne sont pas à considérer comme des jouets, ce sont des poignées d'arc à part entière. Elles conviennent parfaitement aux jeunes archers, à cause de leur faible poids et de leur finesse. Elles sont très robustes, simples d'entretien et permettent déjà de recevoir les premiers équipements de réglage.

#### EN PVC

#### EN CARBONE

On retrouve toujours l'évolution Bois, Aluminium, Composites pour les matériaux des sports ayant un rapport à la vitesse, le tir à l'arc en fait partie. Il est donc normal de le voir apparaître parmi ceux entrant dans la fabrication des poignées. Les éléments à forte teneur en carbone, pré-imprégnés de résine epoxy qui

la constitue sont moulés sous des hautes pressions et à des températures élevées. On obtient un matériau monolithique dont les caractéristiques mécaniques sont bien supérieures à celles des lamellés collés.

Il existe deux types différents de poignées en métal suivant leur mode de fabrication.

Les unes, de moins en moins courantes, sont moulées c'est à dire que l'on coule un alliage dans un moule, qui en refroidissant prend la forme de la future poignée.

Les autres sont forgées, c'est à dire directement usinées dans un bloc d'alliage. Les matériaux utilisés sont néanmoins similaires : alliages de métaux et pour certains un peu de céramique.

#### EN ALUMINIUM

## EN CONCLUSION

#### Le choix d'une Poignée

Comme vous le voyez sur les images ci dessus les poignées sont très différentes les unes des autres, que ce soit par les matériaux qui la constitue (et par conséquent par leurs poids), que ce soit par les possibilités de réglages qu'elles peuvent offrir afin d'améliorer votre tir, ou encore par leurs formes ou leurs couleurs. Là encore, même si l'on peut être séduit par un modèle, il faut qu'il soit adapté avant tout à votre morphologie, à l'usage que vous voulez en faire, à vos moyens financiers, mais aussi à votre niveau de progression dans la pratique du tir à l'arc.





## CE QU'IL FAUT SAVOIR:

### *SUR TOUT LES ACCESSOIRES QUI VIENNENT SE GREFFER DESSUS*

**La poignée est la partie centrale de l'arc où tous les accessoires de réglages sont fixés.**

Tout d'abord le grip qui est l'emplacement où la main d'arc vient se positionner, puis l'ensemble de la stabilisation, mais aussi le viseur, le clicker, le berger bouton, le repose flèche, et enfin évidemment les branches. Des vis de réglages supplémentaires y sont aussi incorporées, elles permettent de régler l'équilibrage la poignée, la puissance réelle de l'arc à l'allonge de l'archer et l'alignement des branches.

#### LE VISEUR

A quoi sert le viseur :

c'est un dispositif se fixant sur l'arc, permettant de donner à celui-ci (et par conséquent à la flèche), une direction précise. Il existe toute une gamme de viseur. Cependant plusieurs critères font la différence d'un viseur à l'autre :

- la longueur de l'extension : plus celle-ci est grande et plus la visée est précise
- la présence de la crémaillère sur la poignée ou pas
- la précision de réglage (micrométrique ou pas).

le viseur est constitué :

- \* de son support vissé à la poignée
- \* d'un bras permettant l'extension
- \* d'une règle graduée
- \* de l'oeilleton se déplaçant verticalement sur la règle (haut/bas). Il possède aussi un réglage latéral (gauche/droite). Les réglages d'un viseur haut de gamme sont micro-métriques.

#### LE CLICKER

A quoi sert le clicker :

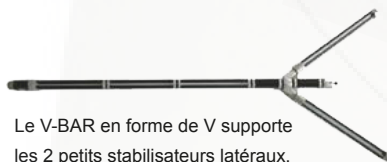
Le clicker est une tige ou lamelle métallique, (voir en carbone pour les plus sophistiquées) placée sur la fenêtre de l'arc. Il permet d'assurer une allonge constante au tireur. Elle vient se rabattre sur la poignée, produisant un bruit (clic). L'archer peut alors lâcher la corde.

#### LES STABILISATEURS

A quoi servent les stabilisateurs:

Composé essentiellement de carbone, et de poids en métal, le stabilisateur permet :

- de retarder la réaction naturelle de l'arc
- de guider et de stabiliser le mouvement dynamique de l'arc vers l'avant
- d'absorber une partie des vibrations, du lâcher jusqu'à l'arrêt des branches.



Le V-BAR en forme de V supporte les 2 petits stabilisateurs latéraux.

VIS DE REGLAGE  
LATERAL DES BRANCHES

VIS DE REGLAGE  
DE LA PUISSANCE DE L'ARC

#### LE BERGER BUTTON

A quoi sert le berger-button

il permet de réduire ce que l'on appelle le paradoxe. En effet lors du lâcher la corde glisse sur les doigts ce qui entraîne des oscillations de la flèche lorsqu'elle sort de l'arc. Le berger-button réduit ces oscillations si celui-ci est bien réglé.

#### LE REPOSE FLECHE

A quoi sert le repose flèche

Le repose flèche maintient la flèche durant le tir. Il peut être en plastique adhésif ou en métal magnétique. Dans le cas d'un repose-flèche magnétique, un petit aimant ramène la tige à sa position initiale dès que la plume de la flèche est passée. Le réglage se fait à l'aide de vis, pour positionner la flèche correctement en face du berger button, mais aussi pour régler sa souplesse.

#### GRIP

A quoi sert le grip

Poignée en bois ou en matière plastique épousant la forme de la main, servant à tenir l'arc.

MASSES D'EQUILIBRAGE  
LATERAL DE LA POIGNEE

VIS DE REGLAGE  
DE LA PUISSANCE DE L'ARC

VIS DE REGLAGE  
LATERAL DES BRANCHES

## EN CONCLUSION

Avec de tels accessoires vous avez dans les mains l'équivalent d'une formule 1. Votre arc peut devenir très précis si vous savez combiner toute la gamme des réglages possibles afin d'en tirer le maximum, sinon vous risquez de tirer en dehors de la cible sans arriver à comprendre exactement ce qui se passe (dans tous les cas dites vous que ce n'est pas la faute du matériel). Tous ces accessoires ne peuvent compenser les défauts de l'archer, ils ne sont là que pour améliorer la précision de votre arc.

**Avant d'acheter une poignée d'arc avec ces accessoires....  
demandez conseil aux entraîneurs, ils sont aussi là pour cela.**