



Calendrier

- **Passages de flèches courtes**
Dimanche 12 janvier
- **Tir de Noël**
Dimanche 15 décembre
- **Séances annulées**
Samedi 25 janvier 2014
Dimanche 26 janvier 2014

*pour cause de
Championnat Départemental Jeunes et
Barebow de Tir à l'arc.*

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

Pour une fin d'année tonique

La fin d'année est propice, pour ceux qui le peuvent, à la fête, aux vacances, et au relâchement.

Très beau programme pour oublier tout ce qu'on a appris au Tir à l'Arc !!!!

Pour éviter les déconvenues de la rentrée, nous avons programmé des séances pendant les vacances scolaires de fin d'année. Prévu au départ pour les débutants qui avaient été privés de cours le samedi, surtout en novembre, nous avons finalement décidé d'ouvrir l'accueil à tous les niveaux.

Elles se déroulent sur les créneaux habituels, en dehors de la période qui va du 24/12/13 au 02/01/2014. Les autres horaires sont accessibles comme d'habitude. Consultez les plannings horaires sur le site à l'adresse ci-dessous :

<https://sites.google.com/site/archersbcs/home/planning-de-la-semaine>

Contre la morosité, faisons la fête :

Le tir de Noël, c'est dimanche 15 décembre. Le formulaire d'inscription (obligatoire !) est sur le site à l'adresse :

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

Dépêchez-vous, la date ultime d'inscription est fixée au dimanche 8 décembre à minuit.

Pour participer au tir de Noël il suffit d'avoir de l'habileté et de la bonne humeur. On commence par un tir de classement, sur cible anglaise, et on continue par un challenge par équipes sur des blasons ludiques.

Tout le monde peut participer. Non. Tout le monde doit participer, pour rencontrer ne serait-ce qu'une fois les autres membres du Club.

Le passage de flèches du 1er décembre 2013

Belle participation au passage de flèches du 1er décembre : 27 archers et 11 flèches obtenues dont deux doublés. Mais aussi, même s'il n'y a pas eu de réussite ce jour-là, beaucoup de résultats prometteurs pour l'avenir. On verra ça au prochain passage de flèches.



Ils ont réussi la flèche blanche (10 m)

Maximilien B.	145 points
Julie P.	145 points
Barnabé J.	147 points
Vincent N.	147 points
Guilhem S.	159 points
Cyril R.	159 points
Margot M.	164 points



Ils ont réussi la flèche noire (15 m)

Florence L.	145 points
Cyril R.	144 points
Julie P.	148 points



Il a réussi la flèche bleue (20 m)

Daniel B.	147 points
-----------	------------

Bravo à tous.....

Prochain passage de flèches courtes

12 Janvier 2014.

Venez nombreux !

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/>
- Archeries : Top archerie à Argenteuil
Gold Archerie à Suresnes
France Archerie Pte de Vincennes



CE QU'IL FAUT SAVOIR:

SUR LE SK-ARC ou BIATHLON-ARCHERY

PRESENTATION GENERALE

Le ski-arc est une variante du biathlon qui associe le ski de fond et le tir à l'arc.

Le ski-arc a des origines lointaines mais ce sport n'a vu une renaissance en Italie qu'au milieu des années 80. Depuis lors, il y a eu beaucoup de changements et de modifications pour arriver aux règles actuelles.

La FITA (Fédération Internationale de Tir à l'Arc) a reconnu le ski-arc en 1991. Ce sport se développe en Italie, en France, aux Etats-Unis, en Allemagne, en Ukraine, en Slovénie, en Russie et au Japon. L'union internationale de Biathlon (IBU) et la FITA ont établi un partenariat pour développer cette discipline. Ainsi, des championnats du Monde et une Coupe du Monde sont organisés chaque hiver.

LES REGLES

La distance de tir est de 18 mètres. Pour toutes les courses, excepté l'individuel, toute cible non touchée entraîne une pénalité de 150 mètres de ski en plus. Pour l'individuel, la pénalité est d'une minute contrairement aux autres courses.

Les cibles doivent être placées entre 0,5m et 1,5 m de hauteur. Celles-ci ont un diamètre de 12 cm pour les arcs à poulies et de 16 cm pour les arcs olympiques.

L'arc doit être transporté sur les épaules grâce à un harnais spécial. Tous les types d'arcs définis par la FITA sont autorisés, mais les stabilisateurs et contrepoids ne doivent pas dépasser de plus de 5 cm le point le plus en avant de l'arc.

Il y a 2 tirs différents : le tir debout et le tir avec un genou à terre. Chaque passage au tir est composé d'une volée de 4 flèches.

Les pistes de ski ne doivent pas avoir un dénivelé supérieur à 90m et une côte ne doit pas faire plus de 45m de long. De plus les 200 derniers mètres doivent être plats pour permettre un éventuel sprint et enfin l'altitude ne doit pas dépasser 1800m.

LES EPREUVES

D = Debout G = Genou				
CATÉGORIE	TYPE DE COMPÉTITION	DISTANCE	NOMBRE DE BOUCLES (SKI)	ORDRE DES TIRS
Hommes	INDIVIDUEL	12,5 km	5	D-G-D-G
	SPRINT	7,5 km	3	D-G
	POURSUITE	10 km	4	D-G-D
	MASS START	10 km	5	D-D-G-G
	RELAIS	4x6 km	3 (chacun)	D-G (chacun)
Femmes	INDIVIDUEL	10 km	5	D-G-D-G
	SPRINT	6 km	3	D-G
	POURSUITE	10 km	4	D-G-D
	MASS START	7,5 km	5	D-D-G-G
	RELAIS	3x6 km	3 (chacun)	D-G (chacun)
Juniors Hommes	INDIVIDUEL	10 km	5	D-G-D-G
	SPRINT	6 km	3	D-G
	POURSUITE	10 km	4	D-G-D
	MASS START	7,5 km	5	D-D-G-G
	RELAIS	3x6 km	3 (chacun)	D-G (chacun)
Juniors Femmes	INDIVIDUEL	8 km	4	D-G-D
	SPRINT	4 km	1	D
	POURSUITE	6 km	3	D-G
	MASS START	6 km	5	D-D-G-G
	RELAIS	3x6 km	3 (chacun)	D-G (chacun)



EN CONCLUSION

Le tir à l'arc est un sport d'extérieurmême lorsqu'il fait froid, voir^ très froid.



Archers de Bois-Colombes • Décembre 2013 • n°80

Photographies du passage de flèches courtes du 1^{er} décembre 2012



Conclusion

Bien sûr 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