



## Or, argent, bronze : le trio gagnant

### Sommaire

- 1- Sommaire - Éditorial
- 2- Le mot du Président
- 3- Le mot du Président - Flèches de progression
- 4- Quoi de neuf —Pique-nique du 27 juin
- 5- Carquois d'honneur
- 6- France Fédéral à Dijon
- 7- Une équipe en Or, en Campagne
- 8- Une équipe en Or, en Campagne
- 9- Mots croisés 119/2
- 10- Concours à la SGTA le 22-23 nov
- 11- Réunion des compétiteurs—Mots croisés 119/1
- 12- Carquois technique
- 13- Carquois technique (suite)
- 14- Carquois technique (suite et fin)
- 15- Carquois—Expression
- 16- Carquois—Expression
- 17- Souvenirs de vacances
- 18 -Souvenirs de vacances
- 19 - Bienvenue à Vincent
- 20- Des médailles, comme s'il en pleuvait
- 21- Cela peut arriver...
- 22 - Démarrage des cours —A vos plumes
- 23- Solutions Mots croisés 119/1 et 119/2—
- Nos sponsors
- 24- Calendrier des compétitions

### Éditorial

La saison 2013-2014 se termine très honorablement pour le club qui voit ses couleurs représentées sur les plus hautes marches des podiums. Bravo à notre Président Jany devenu vice-champion Fita, ainsi qu'à Nolwenn, Carole, Elodie, Josée, pour avoir brillé au niveau national. Merci à vous, compétiteurs.

Et pendant vos vacances,

avez-vous fait le plein d'énergie ?

Avez-vous révisé votre matériel d'arc ?

Avez-vous remplacé tubes, plumes abimés, cassés ?

Avez-vous opté pour un poulie plutôt qu'un barebow ou un classique ?

Ce temps de détente et de repos que l'on s'accorde plus facilement pendant ces journées tempérées, vient de laisser la place à l'automne.

Puisque l'heure de la rentrée a sonné, je souhaite à tous les licenciés du club une belle reprise et une saison sportive riche en compétitions, à commencer par le concours organisé par la SGTA les 22 et 23 novembre prochains. Nous vous attendons nombreux.

A bientôt sur les pas de tir.

*Dominique Gruson*

## *Le Mot du Président*

Chers archers et parents d'archers,

Les souvenirs de vacances sont encore très frais dans nos mémoires et les photos pas encore imprimées... mais nous avons, pour la plupart d'entre nous, repris le collier jusqu'aux prochaines vacances...

Pour autant, alors que certains étaient paisiblement allongés au soleil, d'autres s'évertuaient à faire briller les couleurs de notre club. C'est ainsi que je tiens à féliciter Nolwenn Lemarié pour sa très belle médaille de bronze au Championnat de France Fédéral. Bravo Nolwenn...

Ne voulant pas être en reste, je suis allé chercher une médaille d'argent au Championnat de France Fita.

Mais la plus belle des victoires revient à notre équipe féminine de tir en campagne qui vient d'être sacrée Championne de France à St Jean de Braye les 20 et 21 septembre. Cette équipe était composée d'Elodie Amiard, Josée Auboeuf, Carole Arboit et leur capitaine d'équipe Hélène Coulange. Elles ont magnifiquement géré une compétition dans laquelle elles ont su apprivoiser stress, condition météo, stratégie de tir et résultats en cible et ainsi décrocher LE titre... Je disais à l'Assemblée Générale en mars dernier, que ça faisait trop longtemps qu'Angers n'en avait plus décroché... Merci les filles ! Nous en rêvions, vous l'avez fait. Bravo à vous 4, sans oublié les autres archères qui ont permis de qualifier cette équipe, bravo et merci à toutes. Il reste encore le Championnat de France Beursault début octobre et la saison sera bouclée.



La nouvelle saison nous sollicite déjà. Notre prochain rendez-vous sera notre premier concours en salle **mi-novembre**. Merci de vous mobiliser pour nous aider à bien réussir l'organisation de cette compétition. Un tableau des postes à tenir sera affiché prochainement au club.

La saison sportive qui s'ouvre sera, je l'espère, l'occasion de voir briller au plus haut niveau nos archers jeunes et moins jeunes, et, je le souhaite la possibilité de se voir décerner le titre de club ETAF (Ecole de Tir à l'Arc Français) tout en conservant notre Label Or.

(suite page 3)

## *Le Mot du Président*

(suite de la page 2)

Côté équipes, un certain nombre de changements sont en cours sur leurs compositions et nous allons être attentifs au bon fonctionnement de celles-ci.

L'encadrement des cours sera renforcé avec trois nouveaux élèves entraîneur 1. De nouveaux prêts d'arc de compétition viendront récompenser les meilleurs débutants souhaitant faire de la compétition.

Nous aurons plaisir à vous accueillir le **vendredi 10 octobre à 19h00** dans notre salle de tir pour vous présenter les résultats sportifs de la saison écoulée et remettre les récompenses aux archers présents sur les podiums régionaux et nationaux.

Venez nombreux !!!

Archers, je vous salue.



Jany Le Joly

## *Flèches de progression*

Environ, tous les mois, est organisée une journée pour le passage de « flèches de progression » au club.

Blanches, noires, bleues, rouges, jaunes, en fonction de la distance de tir, elles permettent d'évaluer la progression de l'archer dans sa maîtrise du tir à l'arc.



La prochaine session aura lieu le samedi **11 octobre**.

N'oubliez pas non plus la suivante, fixée au samedi **29 novembre**.  
Venez nombreux.

## QUOI DE NEUF

Avez-vous remarqué un quelconque changement dans l'antre des installations extérieures de la SGTA ?

Les beaux jours que nous réserve l'arrière-saison vous ont permis, j'en suis sûre, de vous entraîner encore sur le pas de tir extérieur à 50 m.

En retirant vos flèches, aviez-vous constaté que la butte de tir était ballonnée, comme une indigestion de recevoir trop de tubes dans le buffet...

Et bien, nos deux bricoleurs courageux, Michel et Patrick, aidés de Jany, se sont mis à l'ouvrage pour lui faire subir un lifting : ventre plat et paille neuve.

Démontage, remontage, et le tour était joué : une nouvelle ciblerie toute lisse !

Merci beaucoup à nos archers bricoleurs et bénévoles !



## Pique-nique du 27 juin

Franc succès pour ce pique-nique de fin d'année qui s'est déroulé le 27 juin à la SGTA.

Une quarantaine d'archers et leurs familles se sont rassemblés sous le préau et sur le pas de tir de

30 m/50 m, pour partager apéritif, grillades, dessert, dans la bonne humeur.

Le temps clément était également au rendez-vous.



# Carquois d'honneur

## Championnat Départemental 3D 01/06/14 :

BAGNA François VH Chasse 2/7

## Championnat Régional Fédéral 08/06/14 :

LEVY Martin MH CI 13/15  
 LEMARIE Nolwenn CF AMP 1<sup>ère</sup>  
 SNGAN Bryan CH AMP 2/3  
 COULANGE Hélène SF CI 2/9  
 BOUERE Anaëlle SF CI 3/9  
 GRUSON Dominique VF CI 4/8  
 FLOCH Françoise VF CI 5/8  
 DURAND Olivier VH CI 1/13  
 AMIARD Elodie SF AMP 2/4  
 AUBERT Fabien SH AMP 3/14  
 LE JOLY Jany VH AMP 1/5  
 VERGER Patrick SVH AMP 1/4

## Championnat Régional Fita 15/06/14 :

SNGAN Bryan CH AMP 2/2  
 AUBOEUF Josée SF CI 2/6  
 COULANGE Hélène SF CI 4/6  
 BOUERE Anaëlle SF CI 5/6  
 BARRANDON Eric SH CI 9/16  
 AUBERT Fabien SH AMP 4/11  
 GRUSON Dominique VF CI 4/4  
 VERGER Patrick SVH AMP 1/4

## Coupe de la Ligue Été 22/06/14 :

Equipe Mixte Arc à Poulies 1/4

## Fédéral Mûrs-Erigné 06/07/14 :

LEMARIE Nolwenn CF AMP 1<sup>ère</sup>  
 GRUSON Dominique VF CI 1/2  
 DURAND Olivier VH CI 1<sup>er</sup>

## Fédéral Sablé sur Sarthe 27/07/14 :

HEURTEBIZE Coline MF CI 1<sup>ère</sup>  
 AUBERT Fabien SH AMP 1/7  
 DURAND Olivier VH CI 1/7

## Championnat de France Campagne Scratch 13-14/07/14:

AMIARD Elodie SF AMP 9/16  
 LE JOLY Jany VH AMP 51/51  
 GRUSON Dominique VF CI 19/24

## Championnat de France Fita Vétérans 27 et 28/07/14 :

LE JOLY Jany VH AMP 2/36  
 VERGER Patrick SVH AMP 11/24

## Championnat de France Campagne Vétérans 31/07 et 01/08/14 :

FLOCH Françoise VF CI 10/14  
 GRUSON Dominique VF CI 13/14  
 BILESIMO Patrick VH CI 35/42  
 LE JOLY Jany VH AMP 4/47

## Championnat de France Fita Scratch 23/08/14 :

AMIARD Elodie SF AMP 23/45  
 LE JOLY Jany VH AMP 81/127

## Championnat de France Fédéral 30-31/08/14 :

LEMARIE Nolwenn CF AMP 3/6  
 AUBOEUF Josée SF CI 10/42  
 DURAND Olivier VH CI 29/30  
 AMIARD Elodie SF AMP 10/30  
 LE JOLY Jany VH AMP 8/30

## Campagne Candé 07/09/14 :

AUBOEUF Josée SF CL 1/4  
 ARBOIT Carole SF BB 1/2  
 GRUSON Dominique VFCL 1/2  
 BILESIMO Patrick VHCL 2/9

## Ligue Beursault 14/09/14 :

AUBOEUF Josée SFCL 1/6  
 COULANGE Hélène SFCL 2/6  
 AUBERT Fabien SHCL 3/3  
 DURAND Olivier VH CL : 1<sup>ère</sup>  
 VERGER Patrick SVH AMP : 1/4  
 GRUSON Dominique VF CL 1/2

## France Fédéral à Dijon

Le week-end des 30 et 31 août, se déroulait le Championnat de France Fédéral à Dijon.

Cinq archers de la SGTA avaient réussi à se qualifier pour ce championnat :

- \* Nolwenn Lemarié en Cadette poulie,
- \* Josée Auboeuf en Sénior femme classique,
- \* Elodie Amiard en Sénior femme poulie,
- \* Olivier Durand en Vétéran homme classique
- \* et Jany Le Joly en Vétéran homme poulie.

Départ le vendredi matin en minibus (rendez-vous au parking du McDo de Saint Serge) arrivée vers 17h, direction le terrain de compétition après avoir déposé les valises à l'hôtel.

Le samedi, sous un superbe ciel bleu mais un peu de fraîcheur, **Nolwenn** sera la première du club à tirer (premier départ). Après une lutte acharnée, elle réussira à conserver la troisième place, et montera sur le podium pour une **médaille de bronze**.

Sur le deuxième départ (toujours un beau ciel bleu et un peu de chaleur), Josée réussira à remonter à la dixième place du classement.

Le dimanche matin, a eu lieu le troisième et dernier départ sous un ciel plutôt couvert et des températures plutôt fraîches. Nos trois derniers archers (Olivier, Jany et Elodie) prendront ce départ.

Elodie finira à la dixième place, Olivier tombera malheureusement à l'avant dernière place et Jany finira huitième après avoir longtemps été en troisième position.

Ce fut un week-end riche en rebondissements, et comme tous les championnats de France, une expérience très enrichissante.

Toutes nos félicitations à Nolwenn pour sa médaille et rendez-vous l'année prochaine en espérant que nous serons plus nombreux à être qualifiés...

*Josée Auboeuf*

*« L'archer peut, d'une certaine façon, être comparé à un sage : s'il s'écarte du but qu'il vise, il entre en lui-même pour en trouver la cause ».* Confucius



## Une équipe en Or, en Campagne

Le week-end du 20-21 septembre 2014, s'est déroulé le Championnat de France Campagne par équipe de Club, à St Jean de Braye. La particularité de cette discipline : avoir 3 archers qui utilisent 3 armes différentes : Bare Bow (Carole Arboit), Classique (Josée Auboeuf) et Arc à poulies (Elodie Amiard).

Départ d'Angers le vendredi soir, une fois la journée de travail terminée, ce qui nous fait arriver à la fermeture du site de compétition. Ce n'est pas bien grave car le principal était de voir le lieu exact de la compétition pour le samedi matin... Après une soirée à essayer de trouver la meilleure combinaison possible pour le tir du lendemain, tout le monde a été heureux de pouvoir aller se coucher afin de recharger les batteries pour le premier jour de compétition.

C'est de bonne heure et de bonne humeur que nous nous rendons sur le lieu de la compétition afin de participer à notre premier Championnat de France Campagne par équipe de club. Bien qu'un aller-retour à l'hôtel fût nécessaire pour récupérer des affaires essentielles oubliées, nous avons pu nous échauffer avant de commencer la compétition. Je vous laisse imaginer la montée d'adrénaline pour « notre petite nouvelle » Carole...

D'un point de vue réglementation, une équipe est composée de 3 archers qui sont accompagnés d'un capitaine d'équipe (Hélène pour la nôtre). Un peloton est composé de 2 équipes. Le parcours des qualifications est composé de 24 cibles (12 connues et 12 inconnues). A chaque cible, les équipes tirent leurs 9 flèches (3 par archer) l'une après l'autre et alternent pour débiter le tir. Les archers d'une même équipe peuvent tirer dans l'ordre qu'ils veulent, le tout étant de respecter le temps de tir de 3 minutes de l'équipe. Le capitaine d'équipe peut accompagner ses archers jusqu'au piquet de tir, il peut les orienter sur les difficultés de la cible (lumière, distance, orientation...) mais aussi les aider sur leur technique de tir.

Etant donné que nous n'avions jamais participé à ce type de compétition, nous avons fait évoluer notre stratégie de compétition au fur et à mesure de celle-ci. En effet, chacune ne gérant pas le stress de la même façon, nous avons alterné l'ordre de tir de l'équipe jusqu'à trouver le meilleur afin que tout le monde puisse exprimer son potentiel. Hélène a su temporiser les moments de doute et a renforcé l'esprit d'équipe. Nous avons réussi à nous qualifier pour ce Championnat grâce à une 6<sup>ème</sup> place au rang national.



Après la première journée des qualifications passée sous un temps orageux (lourd et pluie), nous voici à la 3<sup>ème</sup> place du classement, ce qui est synonyme de qualification pour les 1/4 de finales étant donné qu'il y avait 13 équipes, les 3 premières étaient exemptes d'adversaires pour les 1/8 de finales.

Deuxième jour de compétition, le temps est gris et les nuages sont menaçants, nous nous sommes équipées en conséquence. Comme expliqué précédemment, nous avons tiré les 1/8 de finales sans pression étant donné que nous étions qualifiées pour le tour suivant mais cela nous a permis de rentrer tranquillement dans la compétition car le fonctionnement est différent.

Les 1/8 et les 1/4 de finales se jouent en 8 cibles tandis que la demi-finale et la finale se jouent sur 4 cibles. Contrairement à la veille, chaque archère tire une seule flèche par cible ce qui sous-entend un énorme investissement et une importante confiance en soi et en son matériel.

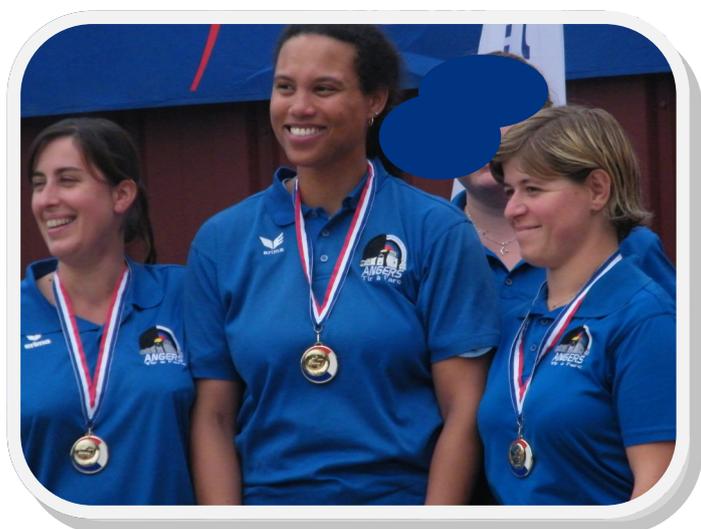
Pour le match des quart de finales, nous tirons contre le club de Logonna Daoulas classé 6<sup>ème</sup> la veille. Après les 8 cibles, nous sommes à égalité ce qui signifie qu'une cible de barrage va être **nécessaire** pour nous départager. Nous tirons en premier car nous avons fait plus de points que l'autre équipe lors des 1/8. Hélène fait le choix de faire tirer Carole en premier afin de limiter la pression de la dernière flèche de l'équipe, Josée tire en seconde position et moi je tire en dernier étant plus habituée à la pression. Nous sommes satisfaites de notre cible et attendons que l'autre équipe tire ses 3 flèches afin de savoir si nous accédons aux 1/2 finales. Nous réalisons 14 points sur les 18 possibles et nos adversaires 13 points. A nous la 1/2 finale...

Nous rencontrons maintenant le club de Guilers, 2<sup>ème</sup> des qualifications de la veille et première équipe au classement national. Maintenant que la pression des 1/4 est passée, nous voici plus détendues mais déterminées à aller chercher une médaille. Encouragées par d'autres équipes, nous réussissons à battre l'équipe de Guilers 43 à 34.

On est en finale, on est finale !

Après quelques sms envoyés, coups de fil passés et repose flèche réparé, nous attaquons la finale sans vraiment réaliser ce qui se passe. Cible après cible, nous grapillons quelques points pour terminer sur une cible digne d'une finale de Championnat de France et où nous réalisons que nous avons gagné !

Ce fut un Championnat de France riche en émotions : stress, joie, émotion lors de la Marseille... Mais qui clôture une saison en campagne de la meilleure façon qui soit.



Je profite de cet article pour remercier particulièrement Anaëlle qui a participé à la qualification de l'équipe pour le championnat mais qui n'y était pas présente et Jany qui m'avait donné le tube de colle rapide avant de partir qui a permis de réparer le repose flèche de Carole qui a cassé juste avant la finale...

*Elodie Amiard*

## Mots Croisés n°119-2

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

### HORIZONTALEMENT

**1** – Très cordiales - **2** – Sorte de laitues - Gendre du prophète - **3** – Métal très utilisé dans les monnaies - Préposition - Préoccupation du poète - **4** – Légèrement humide - Cri d'approbation - Terminaison verbale - **5** – Certifia - Erode - **6** – Friandise - Classa - **7** – Naît en Suisse, de D à G - Commune de Loire Atlantique - **8** – Prélevée - Nain d'un jeu de société - **9** – Instrument de filage - Abréviation pour 360° - **10** – Finalement - Membre de l'Union Européenne - **11** – Bat en retraite - Pantalons - **12** – Bruit de plongeon - A précédé la Grande Bretagne

### VERTICALEMENT

**A** – Site très anciennement habité - Salarié élu par ses pairs - **B** – Echelle de maquettes - Risquant - Composé chimique utilisé en cuisine - **C** – Blanchie - Gaz très toxique - **D** – A des vertus soporifiques - Touffu - **E** – Blanc et rouge en poésie - Vague - Superstructure de navire, en VO - **F** – Couverture - Pas tr-s nerveux, celui là - Sorte d'alliance - **G** – Ville de jeux - Esquissa - **H** – Préposition - Parcouru - Compulsée - Article étranger - **I** – Une certaine poste - **J** – Fait le singe - Grand lac - C'est là - **K** – Saint connu pour ses feux - A la mode - Village de France - **L** – Leone, par exemple - Moyen d'arrêt

**Et quand vous aurez terminé, la diagonale répondra à la définition suivante :**  
" Participation

*Création Jean Lefebvre*

## *Concours à la SGTA 22 et 23 novembre*

Comme tous les ans, le club de la SGTA organise son premier concours de la saison salle.

Il aura lieu au Cossec de Belle Beille, les samedi **22 novembre** après-midi ainsi que toute la journée du dimanche **23 novembre**.

Ce concours est l'occasion pour celles et ceux qui veulent découvrir la compétition, mais qui n'osent pas encore se lancer, de venir voir comment se déroule un concours.

Les bonnes volontés sont les bienvenues pour participer à l'installation du matériel le samedi ainsi qu'au rangement de la salle le dimanche soir.

Des affiches explicatives seront disposées au club : n'hésitez pas à vous inscrire dans l'un ou l'autre des créneaux de bénévolat.

Venez nombreux car sans bénévoles, pas de concours.

*Dominique Gruson*



## Réunion compétiteurs

Comme le rappelle Jany dans son Mot du Président, tous les compétiteurs sont cordialement invités à assister à la réunion des compétiteurs le

**Vendredi 10 octobre à 19 h  
à la SGTA**

Un bilan des résultats sportifs de la saison 2013-2014 vous sera présenté.

Des récompenses seront remises aux archers ayant obtenu des podiums régionaux et nationaux.

Nous vous attendons pour féliciter tous les archers médaillés.



### HORIZONTALEMENT

**1** – Coïncidence - **2** – C'est cela - On en fait des sacs - Célèbre club sportif - **3** – Personnage de Brecht - Outil de bureau d'études - Dépôt noir - **4** – Logement animal - Personnel familial - **5** – Célèbre marque informatique - Entende (*que j'*) - Sorte de flûte - **6** – Soudées - Terre entourée d'eau - **7** – Rien de rien - Résultats de confrontations - **8** – Cardinal - Sentinelles du Capitole - **9** – A précédé le RSA - Dans la mer - Plus il y en a, moins il en reste - **10** – Particules - Roue de poulie - Réseau de repères altimétriques - **11** – Tous philosophes ? - Spécialiste de la marche à la baguette - **12** – Dans la gamme - Bien que retiré, il est resté Fidel - Longtemps étalon

### VERTICALEMENT

**A** – Homme des profondeurs - **B** – Sainte bretonne - Indication musicale - Jetée - **C** – Ville ancienne sur l'Euphrate - Baguette - **D** – Rhinocéros indien, par exemple - Pillage - **E** – Saint normand - Mauvaise rencontre - Symbole d'un métal très résistant aux acides - **F** – Repas de bébés - Vin d'Espagne - **G** – Espèce de bec - Préposition - Charge dont on peut se défaire - **H** – Initiales religieuses - Constructeur de véhicules utilitaires - **I** – Accroche cœur, (par exemple) - Attention - Prix Nobel de littérature 1997 - **J** – Margot ou Elisabeth - **K** – Couvertures - Enseignée à l'école - **L** – Mouvements de foules - Support de bouteilles

## Mots croisés n°119-1

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1												
2			■							■		
3		■			■		■					
4										■		
5			■				■		■			
6		■								■		
7						■						
8		■					■					■
9				■				■			■	
10					■				■			
11								■				■
12			■							■		

Et quand vous aurez terminé, la diagonale répondra à la définition suivante :

**" Pique niquer "**

## Chapitre 2 : les premiers réglages d'un arc classique

Lors de ce second chapitre, nous allons aborder les premiers réglages à faire avant d'utiliser un arc classique.



### I -Le band

#### a) Définition

Le band est la distance qui se trouve entre votre corde et le creux de la poignée de l'arc.

Il sert à la bonne libération de votre flèche lorsque celle-ci quitte la corde lors du tir.

Tous les arcs sans exception sont différents, c'est pourquoi il est parfois difficile de trouver la valeur précise adaptée à votre tir. Le **band d'arc** fixe avec précision cette distance dont la flèche a besoin pour se redresser avant d'arriver en cible. Trouver le meilleur **band d'arc** permet de grouper vos flèches en cible.

On dit souvent que le **band d'arc** est bien réglé quand l'arc « **sonne bien** » et qu'il occasionne le moins de vibrations sur l'arc.

#### B) Comment le régler ?

Il se mesure avec une **équerre**. On insère le côté formant un **T** à l'intérieur de la poignée et on prend la mesure au niveau de la corde.



Dans un premier temps, vous devez mettre le band d'arc minimum recommandé par le constructeur (cf livret fourni lors de l'achat d'un arc). Ceci vous permettra d'ajuster la valeur au fur et à mesure de vos tirs.

## Le Carquois technique (suite)

Band suggéré de valeurs approximatives en fonction de la hauteur de l'arc :

Arc de 64 pouces : 19,5 à 23 cm

Arc de 66 pouces : 20,5 à 23,5 cm

Arc de 68 pouces : 21 à 24 cm

Arc de 70 pouces : 21,5 à 25 cm

### C) Affinage

Si le bruit est fort c'est-à-dire avec des **claquements**, il y a de fortes chances pour qu'il faille l'ajuster. On commence à le régler en mettant le band au minimum, puis on l'agrandit. Le bon band est atteint quand cela ne claque plus.

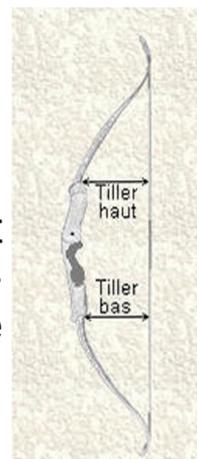
Tirez d'abord quelques volées de 6 flèches avec le **band d'arc** suggéré par le constructeur, puis rajoutez 3 à 4 tours à la corde et retirez une série de 6 flèches, recommencez jusqu'à atteindre une libération de corde ayant un bruit doux sans vibrations de l'arc.

NB : Ne pas oublier aussi que le **band d'arc** est fonction du type d'arc, des branches et de la corde.

## II—Le tiller

### Définition

Le tiller est la différence de distance entre la corde et la base de la branche supérieure à la jonction de la poignée, appelé tiller haut, et la différence de distance entre la corde et la base de la branche inférieure à la jonction de la poignée, appelé tiller bas.



### Comment le régler ?

Le réglage est assez particulier mais simple, il représente l'équilibre entre les branches supérieure et inférieure de l'arc. La poignée et le grip n'étant pas symétriques, le tiller doit donc être ajusté. De ce fait, la branche supérieure de l'arc doit dégager plus de puissance et doit être placée plus en avant de l'arc que la branche inférieure. La majorité des arcs classiques possèdent un système permettant ce réglage au niveau des sabots de la poignée en vissant ou dévissant la vis de serrage

(préalablement débloquée).

Le tiller sert à compenser la force que l'on exerce en tirant sur la corde avec un seul doigt au-dessus du premier nock set et deux doigts en dessous du second, il se mesure avec une équerre. La valeur du tiller haut est toujours supérieure à la valeur du tiller bas. Habituellement, la branche du bas est de 5 à 10 mm plus proche de la corde que la branche du haut.

Voici un exemple:

**Tiller haut** : 17,5cm,

**Tiller bas** : 17cm donc,

**Delta** : 5mm

### III—\_Le détalonnage

#### Définition

C'est l'endroit, entre deux nock set, où vous devez « *clipser* » l'encoche de votre flèche sur la corde. Il ne faut pas négliger ce détail car c'est le réglage de base le plus important. En effet, il conditionne tous les autres réglages et tous les choix de matériels (flèche et pointe notamment).

#### **Attention toutefois de ne pas trop serrer les nock set!**

Au moment où vous fixez les repères d'encoche, surtout si ce sont des nock set, il faudra veiller à ce que l'écartement soit suffisant pour éviter un serrage trop important de l'encoche au moment de la traction de corde.

#### Comment le régler ?

La mesure standard situe la base de l'encoche entre 6 et 9 mm au dessus du point zéro de l'équerre. Le détalonnage permet à votre flèche de passer au plus près de la fenêtre de votre poignée sans jamais la toucher, donc de rester le plus possible dans l'axe de votre tir, de rester dans la précision et la qualité de son vol.

Le réglage du détalonnage se fait à courte distance et/ou à distance de tir de compétition. Suite à vos tirs,

- \* si l'encoche est basse par rapport à la pointe, relever les repères
- \* si l'encoche est haute par rapport à la pointe, abaisser les repères
- \* lorsque la flèche est horizontale les repères sont corrects.

*Elodie Amiard*

### **Le retour ou l'apprentissage de la modestie au tir à l'arc**

J'ai appris à tirer à l'arc, il y a... 22 ans. Mais je n'ai pratiqué que 10 ans.

J'ai toujours été fasciné par le tir à l'arc. Je trouve que l'arc de compétition est beau, majestueux et mystérieux, que la tenue et le comportement des archers sont pleins de noblesse et d'esprit chevaleresque – leur arc posé sur le pied pour ne pas abîmer les poupées, l'honnêteté et le fair-play comme règles de conduite, etc. –, que le balancement des arcs sur la ligne de tir participe d'une chorégraphie particulièrement élégante.

Peu de temps avant de quitter Rennes, j'ai découvert que je longeais fréquemment un terrain d'entraînement, et cela m'emplit de regrets. Aussi, lorsque j'ai découvert qu'à Arue, à deux pas de mon bureau de Papeete s'étendaient des installations de tir qui étaient le lieu d'entraînement de plusieurs clubs, je me suis promis que, cette fois, je ne raterais pas l'occasion de pratiquer ce noble art. J'ai rejoint TE'A NUI (« Le Grand Arc »).

Après trois ans passés en Polynésie, j'ai débarqué à la SGTA, fin 1995, où j'ai continué à m'entraîner et tirer en compétition dans une ambiance bien sympathique. Où j'ai profité de l'enseignement d'un entraîneur passionné et particulièrement dévoué aux archers et au club, j'ai nommé notre cruciverbiste préféré, Jean Lefebvre. Qu'il en soit ici remercié très sincèrement.

Et je me suis arrêté : de violentes douleurs aux tendons de l'épaule, et mon boulot trop prenant, ont eu raison de ma passion. J'ai remisé mes arcs, cordes, flèches et petits matériels divers. Pour les dépoussiérer douze ans plus tard.

J'ai eu le temps de réfléchir ! Et j'ai pris une résolution : ne plus être tenu par la prétention de vouloir « tirer toujours plus fort », notamment.

Car, quand on y pense un peu, on arrive à se dire :

- Comment faire beaucoup de points ? en reproduisant toujours le même geste, aussi parfait que possible. Le principal, le secret, consiste à grouper les flèches.

- Si les champions tirent des puissances colossales, ne s'entraînent-ils pas en proportion ? La puissance de leur arc est importante, mais ils tirent des heures et des heures chaque semaine, ... et ils sont jeunes.

Peut-on faire beaucoup de points en limitant le risque de s'abîmer ? Très certainement.

J'ai donc choisi de revenir au tir mais de limiter la puissance de mon arc. En faisant le pari que l'on perd plus de points à ne pas maîtriser son arc, que l'on en gagne à augmenter la vitesse de ses flèches.

Combien de fois ai-je lâché une flèche alors que j'étais en perdition, écrasé par la force des branches ? Combien de fois j'ai dû compter sur la chance parce que mon bras d'arc se mettait à trembler violemment sous la puissance de la tension de la corde ?

J'ai donc choisi de revenir au tir mais d'être à l'aise, d'opter pour une puissance relativement faible mais largement suffisante (35 Lbs env.) que je serais capable de tenir (<sup>1</sup>), et de choisir une hauteur d'arc bien adaptée à mon allonge, pour que les branches puissent fonctionner à leur meilleur rendement.

Depuis, je suis heureux. D'avoir repris le tir à l'arc bien sûr, retrouvé le chemin du club et les archers, aussi, mais surtout de sentir que, capable de maîtriser la puissance de mon arc, je pouvais me concentrer uniquement sur la recherche du bon geste.

J'en suis persuadé : le bon geste, toujours répété, est la seule véritable condition d'un bon score et de la plénitude. L'art est difficile, inutile d'en rajouter par une prétention futile.

L'apprentissage de la modestie serait-il la recette du bonheur ?

*Bruno Petit*

<sup>1</sup>d'après mes lectures, un test pour vérifier que l'on maîtrise suffisamment la puissance de l'arc consiste à être capable de rester en visée, pointe sous le clicker (sans que la pointe ne bouge) pendant 15 secondes. Et c'est long, 15 secondes ! (« Le tir à l'arc » -Nayrole/Simon - ed. Denoël)

## *Souvenirs de vacances*

GO WEST !!!

Lors de mon voyage en septembre dernier dans l'Ouest Américain, je me suis amusée (entre autres...) à photographier les plaques d'immatriculation des véhicules, histoire de voir si je pouvais en récolter 50 (correspondant aux 50 états fédérés) et afin de voir si les Américains se déplaçaient beaucoup sur ce territoire immense (environ 17 fois la superficie de la France !!!).

La moisson fût plutôt bonne puisque j'ai réussi à capturer 31 plaques venant des 4 coins du pays. Une plaque m'a particulièrement interpellée, c'est celle de l'Oklahoma, devinez pourquoi !!!



Pour info, l'Oklahoma est un état du centre sud ( !!!) des Etats Unis bordé au nord par le Colorado et le Kansas, à l'est par le Missouri et l'Arkansas, à l'ouest par le Nouveau-Mexique et au sud par le Texas. L'Oklahoma est le 28<sup>e</sup> état le plus peuplé et le 20<sup>e</sup> plus grand de la Fédération et est devenu le 46<sup>ème</sup> état des Etats Unis en 1907.

Bien sûr, il y avait des noms qui m'étaient inconnus (Delaware, Vermont...) et que je ne savais où positionner sur la carte mais j'ai progressé... !!! Et espère bien y retourner un jour dans ce pays, où tout est vraiment démesuré...

Bye, bye !!!

*Françoise Floch*

## *Souvenirs de vacances*

Pendant que les uns se baladent en montagne ou en mer, d'autres arpentent les musées, à la recherche de curiosités se rapportant à votre sport préféré : le tir à l'arc.

Voici quelques souvenirs rapportés de Tunisie, que j'ai découverts au cours de mes vacances d'été.

*Elodie Amiard*

*Seau qui se remplit d'eau afin de se renverser sur les gens dans le parc aquatique d'AquaLand à Yasmine Hammamet.*



*Bateau pirate racontant l'histoire de la Tunisie à Yasmine Hammamet*



*Vase en mosaïque lors de la visite d'une fabrique de tapis à Nabeul.*

## *Bienvenue à Vincent*

Vincent Hérent est un jeune et brillant archer du club de Mont-Saint-Aignan, situé à proximité de Rouen, que l'on peut rencontrer à la SGTA car c'est aussi un étudiant fort sympathique qui vient d'arriver à Angers pour y obtenir un diplôme dans le secteur du tourisme.

Bien qu'encore très jeune - Vincent est junior, pour la dernière année - ses scores en tir olympique (arc classique) sont plus qu'enviables. Jugez en : à 70 m, la moyenne de ses résultats en compétition s'établit à 643/720 (soit une moyenne de 9 par flèche...). Chez les juniors, il se situe donc au 3ème rang du classement national. Au classement Scratch (avec les séniors) il se place 21ème ! Il a participé très récemment, bien



sûr au championnat de France Scratch à Riom. En tir de qualification, il a réussi le très bon score de 619, qui le classait au 25ème rang de cette phase de la compétition. C'est très bien. Petite déception au cours des duels, mais il pourra et devra l'oublier rapidement, il fut éliminé au premier tour de la phase finale et termine donc cette épreuve au 33ème rang, ex aequo.

Nous pouvons admirer sa belle technique sur le pas de tir de notre club, profitons-en, elle est impressionnante ! et on apprend beaucoup à regarder tirer ce genre de champions !

En plus, nous accueillons là un jeune homme particulièrement sympathique.

Bienvenue Vincent en Anjou et à la SGTA.

*Bruno Petit*

## *Des médailles, comme s'il en pleuvait*

Quelle fierté pour nos archers de pouvoir monter sur les marches de podium, surtout quand retentit en même temps, le chant de la Marseille !

Voyez plutôt la mine réjouie de notre Président Jany Le Joly, montrant la belle médaille de vice-champion de France Fita.

Bravo à toi pour cette belle performance et cette victoire sur tes adversaires !

Rappelons aussi qu'au niveau régional le club a remporté des médailles pour les Ligues Fédéral, Fita et Campagne.  
Bravo à tous les compétiteurs.

*Dominique Gruson*



## *Cela peut arriver...*

Lors du premier cours de la rentrée 2014-2015, un jeune archer, Mickaël Cavyn, a réalisé un Robin.

Rien à voir avec Robin des Bois, bien sûr !

Cette expression désigne le fait qu'une flèche vient se planter dans une autre flèche. Aïe...

Cette « figure de style » n'est, en général, pas considérée comme très bénéfique pour le propriétaire de la flèche, car il devra remplacer les deux tubes esquintés, voire inutilisables. Cette situation semble quasi impossible à réaliser de manière volontaire.

A noter que Mickaël est nouvel archer au club., cette année.

Il a réalisé cet « exploit » sur le pas de tir des 18 mètres, avec un arc sans viseur (Bare Bow).

Cette « performance » peut augurer de résultats futurs en cible très prometteurs.



## Démarrage des cours

Les cours d'initiation et de perfectionnement ont démarré à la mi-septembre.

Les nouveaux archers ont tiré leurs premières flèches dans une ambiance très conviviale.

Les cours de perfectionnement sont complets, gage que les archers inscrits veulent s'améliorer en vue de faire des compétitions.

Nos deux nouveaux entraîneurs diplômés, Françoise Floch et Philippe Leluboix, encadrent les cours d'initiation adultes du mardi et jeudi soir.

A noter trois nouveaux élèves entraîneurs : Jany Le Joly, Hélène Coulangue et Carole Arboit, qui durant leur formation assistent les entraîneurs diplômés.



## A vos plumes

Troquez la plume coq, plastique, spin wing, contre celle qui est imbibée d'encre.

Je vous invite à être rédactrice ou rédacteur car le Carquois c'est d'abord votre journal de club.

N'hésitez pas à me communiquer vos idées d'articles, photos et toute information que vous voudriez voir publier dans le prochain Carquois : parution en novembre.

Pour que ce journal soit au plus proche de vos attentes et souhaits, racontez-vous dans ces pages qui vous sont dédiées.

Merci d'envoyer vos suggestions via l'e-mail : [domi.domi49@yahoo.fr](mailto:domi.domi49@yahoo.fr)



Dominique Gruson

## Solutions des mots croisés

### SOLUTION DES MOTS CROISES n° 109-1

#### HORIZONTALEMENT

1 – Simultanéité - 2 – Ça - Noeuds - OM - 3 – A - Ui - Té - Suie - 4 – Porcherie - Tu - 5 – HP - Oie - V - Zut - 6 – A - Brasées - Ré - 7 – Néant - Scores - 8 – D - Deux - Oies - 9 – RMI - Sel - Ni - I - 10 – Ions - Réa - NGF - 11 – Eléates - Fée - 12 – Ré - Castro - Or

#### VERTICALEMENT

A – Scaphandrier - B – Ia - Op - E - Môle - C – M - Ur - Badine - D – Unicorn - Sac - E – Lô - Hiatus - Ta - F – Tétées - Xérès - G – Auer - Es - Lest - H – ND - IVECO - A - R - I – Esse - Soins - Fo - J – I - U - Z - Reine - K – Toitures - Géo - L – Emeutes - If - R

Et le mot en diagonale était : " Saucissonner "

### SOLUTION DES MOTS CROISES n° 109-2

#### HORIZONTALEMENT

1 – Chaleureuses - 2 – Romaines - Ali - 3 – O - Ni - En - Rime - 4 – Moite - Olé- Er - 5 – Assura - Use - R - 6 – Gâterie - Tria - 7 – Nni (*Inn*) - E - Blain - 8 – Otée - Jaune - E - 9 – N - E - Rouet - Tr - 10 – S - Donc - Eire - 11 – Décroche - Coi - 12 – Plouf - Albion

#### VERTICALEMENT

A – Cro-Magnon - DP - B – HO - Osant - Sel - C – Amnistiée - CO - D – Laitue - Dru - E – EI - Erre - Roof - - F – Une - Aï - Jonc - G – Reno - Ebaucha - H – Es - Lu - Lue - El - I – U - Restante - B - J – Saï- Erié - Ici - K – Elme - In - Troo - L – Sierra - Frein

Et le mot en diagonale était : " Contribution "

## Nos sponsors

La SGTA a besoin de sponsors pour faire évoluer le club et mener à bien toute action en faveur de ses archers.

Des dossiers de sponsoring sont à votre disposition pour aller rencontrer les entreprises. N'hésitez pas à les demander auprès de notre Président, Jany Le Joly.

Déjà, deux sponsors nous font confiance : Gold Archery à St-Herblain et le Crédit Mutuel à Angers.



Rédacteur en chef : Dominique Gruson

Mise en page: Dominique Gruson

E-Mail du Club : [sgta.arc@gmail.com](mailto:sgta.arc@gmail.com)

En-tête : Jérôme Guillou

Site Club: <http://club.quomodo.com/sgta>

# CALENDRIER DES COMPETITIONS

*du 27 septembre au 28 décembre 2014*

Mois	Date	LIEU	Salle	Nature	3D	Loisirs
<b>OCTOBRE</b>	4-5	LA FLECHE (72)	X			
	4-5	SAINT GEREON (44)	X			
	11-12	CANDÉ (49)	X			
	12	EVRON (53)	Ch Dép			
	18	LE MANS NATURE (72)		X		
	19	LE MANS NATURE (72)			X	
	18-19	DAUMERAY (49)	X			
	18-19	DOLLON (72)	X			
	19	MONTAIGU (85)	X			
	19	LA HAIE FOUASSIERE (44)	X			
	25-26	LE POIRÉ SUR VIE (85)	X			
	25-26	BEAUPREAU (49)	X			
	25-26	CHANGÉ (53)	X			
	26	COULAINES (72)	X			
	26	LA BAULE (44)	X			
<b>NOVEMBRE</b>	1	PONTCHATEAU (44)				Débutants
	1-2	PONTCHATEAU (44)	X			
	1-2	SAINT GERVAIS (85)	X			
	8-9	SAINT GILLES CROIX DE VIE	X			
	8-9	REZE (44)	X			
	8-9	MURS ERIGNÉ (49)	X			
	8-9	LAIGNÉ SAINT GERVAIS (72)	X			
	9	SAINT NAZAIRE (44)	X			
	11	AIZENAY (85)				Débutants
	15	SABLES SUR SARTHE (72)	X			
	15-16	LES SABLES D'OLONNE (85)	X			
	15-16	VERTOU (44)	X			
	16	ECOUFLANT (49)	X			
	16	SAINTE AUBIN DES ORMEAUX (85)	X			
	22	LA BAULE (44)				Archère
	<b>22-23</b>	<b>ANGERS (49)</b>	<b>X</b>			
	22-23	LA ROCHE SUR YON (85)	X			
	22-23	LE LUART (72)	X			
23	LE MANS NATURE (72)		X			
29-30	ORVAULT (44)	X				
29-30	LE MAY SUR EVRE (49)	X				
29-30	LAVAL (53)	X				
<b>DECEMBRE</b>	6-7	NANTES (44)	X			
	6-7	CHOLET (49)	X			
	6-7	LE MANS SOM (72)	X			
	7	CHALLANS (85)	X			
	14	MAZÉ (49)	X			
	14	LA GARNACHE (85)	X			
	14	GUERANDE (44)	X			
	14	MAISON SUR SEVRE (44)	X			
	20-21	AIZENAY (85)	X			
	20-21	MONTREUIL JUIGNÉ (49)	X			
	21	BOUGUENNAIS (44)	X			

**22 et 23 novembre : concours à ANGERS. Le Club a besoin de vous**