

Numéro 069

Octobre 2024



Bulletin de liaison des Archers de Guyancourt

Le Tranche Fil

Los Angeles 2028

Les jeux olympiques de Paris 2024 ont vu la médaille de bronze de Lisa Barbelin en individuel et la médaille d'argent par équipe de Baptiste Addis, Thomas Chirault et Jean-Charles Valladont, trop bien, juste derrière les Coréens, maîtres en la matière.

Premières médailles olympiques après celle en or de Sébastien Flute à Barcelone en 1992.

C'est peut-être ce qui vous a décidé à vous inscrire au tir à l'arc cette année ?

A moins que ce ne soit Robin des bois ou Cochise, ou encore un essai sur un stand lors de vos vacances d'été, peu importe, nous allons passer une année entière ensemble à pratiquer ce que nous appelons le noble art, en référence à des temps anciens.

Vos entraîneurs (je n'aime pas le terme coach) feront tout pour vous transmettre leur savoir et faire de vous des archers, si possible performants.

De la à prétendre accéder à une qualification pour Los Angeles il y a un monde, même si c'est dans quatre ans.

Quand j'ai commencé le tir à l'arc dans les années 1986/87, mon initiateur de l'époque m'avait dit qu'il fallait 5 ans pour faire un bon archer, en réalité il m'en a fallu un peu moins, mais si j'étais un bon archer, je n'ai jamais atteint le niveau national, tout juste un petit niveau régional.

Le tir à l'arc est un sport exigeant, tant physiquement que mentalement, surtout

mentalement. Une bonne activité pour apprendre à sentir son corps et se « laver la tête »

Notre but en tant qu'entraîneurs est de vous apprendre à tirer à l'arc et si possible de vous amener à participer à des compétitions réservées aux débutants.

Mais surtout de faire de vous des adeptes de ce sport et de vous voir continuer à le pratiquer dans les années qui vont suivre.

Physique, mental, traditions et convivialité. Le tir à l'arc est aussi un sport qui respecte certaines traditions, nous aurons l'occasion d'en parler lors des entraînements.

La convivialité n'est pas un vain mot dans notre association, nous nous retrouvons pour partager, un pot, un repas, un barbecue lors de manifestations festives traditionnelles (la Saint Sébastien, le tir du Roy ou les veilles de vacances scolaires).

Pour ce qui concerne Los Angeles 2028, ne vous faites pas d'illusions, nous, entraîneurs n'avons pas les capacités de vous y emmener c'est trop loin, mais il vous appartient de faire ce qu'il faut pour faire un bon archer.

Je, nous vous souhaitons une bonne année de tir au sein de notre Compagnie des Archers de Guyancourt.



Lionel

Le doigt d'honneur



Peu de gens savent que ce geste a eu lieu pendant la guerre de 100 ans (1337-1453, donc 116) entre les Français et les Britanniques. Avant la bataille de Crécy (Crécy, Nord de la France, 26.08.1346), Philippe VI de France ordonna à ses chevaliers de couper le majeur de la main de tous les Anglais qui seraient attrapés après la victoire, afin qu'ils ne puissent plus jamais utiliser encore une fois l'arc ou tenir l'épée commodément.

Les soldats anglais ont montré les deux doigts aux combattants français. Les soldats français ont menacé de couper les doigts des archers capturés pour les empêcher de tirer des flèches. Le geste britannique serait donc une provocation.

Après la bataille, les Anglais vainqueurs ont triomphé, ils ont montré aux Français leur majeur comme symbole de victoire.

Anabela Pinto

La main d'arc en 9 questions

Quelle est l'importance de la main d'arc ? C'est le seul appui que nous ayons pendant tout le départ de la flèche. Il influence la réaction de l'arc, la stabilité du viseur en cible et notre endurance.

Quels sont les critères d'un bon placement ?

- 1) il doit être répétitif pour obtenir un fonctionnement de l'arc prévisible ;
- 2) il doit respecter le fonctionnement de l'arc ;
- 3) il doit être adapté à la morphologie de l'archer, essentiellement la taille de la main.

Comment être répétitif

Tout d'abord en faisant un minimum d'efforts. L'arc appuie sur le bras à travers la main, qui joue un rôle de simple support. L'appui doit se faire dans la paume. Cela permet de ne pas mobiliser l'articulation du poignet, qu'il est quasi impossible de maintenir dans la même position d'un tir à l'autre.

Pour fournir à l'arc un appui constant, la paume doit être relâchée.

Pour le comprendre nous allons faire un test : prenez votre arc et tendez-le à demi-allonge. En étant concentré sur la sensation de l'appui de l'arc dans la paume, ouvrez vos doigts le plus tendus possible, puis relâchez-les lentement. Vous constatez que les variations de tension dans les doigts provoquent des variations d'appui de l'arc dans la main. Pour arriver à ce que cet appui soit toujours le même il n'y pas d'autre possibilité que d'avoir toujours la paume relâchée. Toute autre solution (doigts tendus ouverts ou crispés serrés) se modifierait avec la fatigue. Lorsque la paume est relâchée, les doigts le sont aussi et donc ne peuvent retenir l'arc. Vous avez alors besoin d'une dragonne. La dragonne nous permet d'avoir toujours le même appui dans la poignée de l'arc. Ensuite en ayant des repères d'exécution, il faut savoir si nous sommes bien placés de la même façon qu'au tir précédent. La fourche pouce/index doit être placée dans le creux de la poignée de façon à ce que la main ne puisse pas aller plus haut, ni à droite ou à gauche. Pour obtenir un repère valable pour la paume, enlevez toutes les surépaisseurs que vous avez mises autour de votre grip : bandes antidérapantes, anti-transpirantes, etc. Nous n'avons

pas besoin de cela : il s'agit de pousser l'arc, pas de l'agripper.

Une zone d'appui trop large ne nous donne pas de repères assez précis.

Que voulez-vous dire par : "respecter le fonctionnement du matériel" ?

Un bon placement doit se faire sur une zone bien précise pour que l'arc réagisse de façon normale. De plus il doit permettre au bras et au coude d'arc de ne pas être sur le passage de la corde : la flèche quittant la corde quelques centimètres au-delà du band. si la corde touche quoi que ce soit sur son trajet, le tir sera immanquablement dévié.

En pratique comment faire ?

Munissez-vous d'un morceau de scotch d'environ 5 mm X 60 et de votre arc personnel (sans viseur ni stabilisation).

- 1) Marquez avec le feutre l'axe de poussée de votre bras sur l'arc à travers de la main.
- 2) Marquez l'axe vertical de votre arc au niveau du bas du grip à l'aide du morceau du scotch.
- 3) Installez votre main de façon à ce que la fourche pouce/index soit bien en appui contre le creux du grip et que la marque sur le bas de votre main recouvre le morceau de scotch.

Mais ce placement n'est pas suffisant : la main a souvent tendance à glisser vers l'extérieur de l'arc (la gauche pour un droitier). Pour éviter cela, vous allez replier les 2 ou 3 derniers doigts sur le côté de la poignée (auriculaire et annulaire, voire majeur, suivant la taille de la main). Ils peuvent tout à fait toucher l'arc, ce n'est pas un problème. L'important est l'appui de l'arc dans la paume. Le dos de votre main devrait former un angle d'environ 45° avec la verticale.

L'avantage de ce placement est que l'appui ne glisse pas. De plus, vous gagnez quelques centimètres de passage pour la corde, avec également un coude d'arc plus facile à tourner.

Restez concentré sur l'appui de l'arc dans la paume. Plus cet appui se fait sur une zone molle, souple, plus il est efficace. La réaction caractéristique d'une main d'arc relâchée vient généralement toute seule, en quelques séances.

Que faire si malgré tout je rattrape systématiquement mon arc

Vous allez tirer au moins 10 séances de suite avec tous les doigts de la main ouverts à fond y compris le pouce, pour prendre l'habitude de laisser l'arc partir (ce sera long et fatigant).

Toutes vos flèches devront être tirées ainsi. En même temps, vous resterez concentré sur l'appui de l'arc dans la main. Au bout de 10 séances vous chercherez peu à peu la zone d'appui la plus roulle possible. Commencez à la paille à 5 mètres en regardant votre main, puis avec un grand blason. La solution du problème est dans la paume, pas dans les doigts.

En désespoir de cause, il vaut mieux tenir l'arc tout le temps que de le rattraper : cela perturbe moins le départ de la flèche. Tenez-le alors avec l'index et le majeur, et repliez les 2 autres doigts sur le côté (cf. plus haut).

Quelles sont les adaptations possibles selon la morphologie

La plupart des grips sont conçus pour des mains d'adultes, et souvent même d'hommes. Les femmes avec de petites mains, les jeunes en général et les adolescentes en particuliers ont souvent des problèmes.

La première adaptation est de diminuer la taille du grip. Vous pouvez soit le tailler, soit carrément l'enlever et tirer directement sur le métal. Cela est possible sur la plupart des poignées. Cette solution est de plus en plus adoptée sur les arcs Compounds (Hoyt) et est tout à fait utilisable par les archers classiques. Dans les 2 cas, vous ferez attention à supprimer les angles vifs, pour éviter de créer des points de pression parasites.

La deuxième adaptation concerne le placement de vos doigts sur le côté de la poignée. Selon la taille de votre main. La longueur de vos doigts et l'épaisseur de la poignée, vous pouvez mettre le bout des 3 derniers doigts sur la face externe de la poignée au lieu de les replier sur le côté. Souvenez-vous : il est tout à fait possible de toucher l'arc, le point clef est de lui fournir un appui constant.

Quel type de dragonne recommandez-vous ?

La dragonne de doigts fixée au pouce et à l'index et la dragonne de poignet, qui entoure le poignet et passe devant l'arc pour s'accrocher à elle-même, sont les 2 systèmes valables. Le choix entre les deux est personnel.

Quelle doit être la longueur de la dragonne ?

Un jeu de 2 cm lorsque la main est installée dans le grip est efficace

Article de Renaud BAUDRILLAT paru dans le n°9 d'Archer, la passion du tir à l'arc en 1999

Greg

Greg, ou pour être plus précis Grégory Bayart tire à l'arc au sein de notre compagnie depuis 19 ans. Il est titulaire du diplôme d'entraîneur 1 depuis 2015, et entraîne des groupes de jeunes et moins jeunes depuis cette date et même avant.



Il vient de convoler en justes noces le 14 septembre de cette année.

Comme Sinsemilia nous lui souhaitons, tout le bonheur du monde, enfin pas tout, il faut qu'il nous en reste un tout petit peu

Le tir à la bougie

La tradition de cet exercice ne semble pas remonter si loin. Moults compagnies se sont déjà exercées à moucher la flamme qui vacille au gré de la brise nocturne d'été.

L'aspect poétique de ce jeu n'échappera pas aux âmes sensibles. Mais l'objectif à atteindre, même placé à 10 ou 15 m (distance couramment utilisée), demande une grande concentration en rapport avec la précision qu'un tel exercice impose.

Il faut veiller à ce que l'environnement ne soit pas propice à la propagation rapide d'un incendie.

La bougie, posée sur un support placé à 1,20 m environ du mur de cible, sera donc allumée de préférence nuit tombée ou avec une lumière tamisée. L'utilisation d'une planche posée sur des tréteaux peut permettre la mise en place simultanée de plusieurs bougies, et par conséquent la formation d'équipes.

On peut prévoir des clous disposés à intervalles



réguliers au dos de la planche, la pointe vers le haut afin d'y enfoncer les bougies limitant ainsi le risque de chute.

La difficulté du tir est grande car le regard, quoi que attiré par la lumière, se trouble vite du fait de la petitesse de l'impact et de l'obscurité ambiante qui restreint le champ de vision.

Ce jeu, dont l'instigateur serait Denis Herry, se répand de plus en plus au sein des compagnies et clubs d'archers car son côté performance nocturne demeure

très spectaculaire. Sébastien flûte participa à une émission télévisée à l'issue des jeux de 1992, où il se prêta à l'exercice.

Les règles de ce jeu peuvent être modulées à l'envi, le principal étant qu'elles soient clairement définies par l'organisateur, tant pour une animation interne que pour une présentation spectaculaire du tir à l'arc.

Inspiré d'un article de Frédérique Glory paru dans le magazine "Archer, la passion du tir à l'arc" en 1999

Bulletin de liaison des Archers de Guyancourt

Chez Dominique Beaurin
39, rue Pablo Picasso
78280 Guyancourt

Tel : 06 17 91 41 81

Mail : vice-president@archers-guyancourt.fr



Maquette et rédaction :

Lionel Theillaumas

Avec la participation de toutes les bonnes volontés

*vous pouvez retrouver
les numéros
précédents du
Tranche Fil sur notre
site.
archers-guyancourt.fr*

Dates à retenir

Assemblée générale le samedi 23 novembre 2024 à 14h salle des Trois Mousquetaires

Notre concours les 13,14 et 15 décembre 2024 à Maurice Baquet

La Saint Sébastien le samedi 18 janvier 2025

Le championnat départemental jeunes les 25 et 26 janvier 2025 à Maurice Baquet

Le tir du Roy en juin 2025 au jardin d(Arc)

L'Archerie au moyen-âge et dans la guerre de 100 ans (suite)

- Yeoman (Yeomen) :

Nom donné, au moyen-âge, au paysan, propriétaire de la terre qu'il cultive et qui par ailleurs intègre les effectifs des compagnies d'archers. Cette troupe d'élite continue à exister de nos jours. Elle garde la Tour de Londres.

- Beefeaters

(Mangeurs de bœuf) : Cette dénomination, qui pourrait s'expliquer par la puissance de ces fantassins, vient en fait, de la déformation du vieux mot français "buffetier". En effet, à l'origine, ces troupes étaient chargées de surveiller les coffres ou buffets dans lesquels étaient conservées les affaires personnelles de la maison royale.

De nombreux autres patronymes anglais et parfois français rappellent le maniement des arcs :

Archers, bien sûr, mais aussi Arrowsmith, Bowman, Bownocker, Bowyer, Butts, Fletcher, Stringer...

Dans le même temps, en France, une autre tactique prévaut et une autre arme de jet est choisie :

- Quelles que soient les circonstances (typologie du terrain, météo...) les Français considèrent que la guerre ne peut être menée, et la victoire obtenue, que par la puissance et la lourdeur des charges de chevaliers armés de lances et d'épées. Et ceci, au prétexte que seuls les hommes nobles peuvent accéder au rang de chevaliers et qu'ils sont nés pour combattre à cheval et porter

l'épée. De fait, ils sont formés depuis leur enfance au maniement des armes.

- D'autre part, même si les différentes armées françaises sont également composées de combattants à pied, issus du peuple (paysans principalement) armés de piques et de coutelas, on estime qu'ils sont juste là pour achever le travail effectué par la chevalerie et n'ont qu'une piètre valeur.

– Enfin, la présence de l'arc, (peu d'archers entraînés), même s'il a déjà fait ses preuves au cours de différentes batailles en s'avérant une arme offensive, efficace, facile à maîtriser et à utiliser rapidement, les différents rois de France lui préfèrent l'arbalète en équipant quelques hommes de troupe et en enrôlant des mercenaires génois (Italie, spécialisée dans cette arme). C'est une arme d'une technologie infiniment plus élaborée, d'une puissance et d'une précision très supérieure à l'arc à tel point que le pape en interdit un temps l'usage, la considérant comme une arme diabolique « indigne des chrétiens ».

Mais sa manipulation est peu facile et la visée est très lente. Ainsi armés les arbalétriers français lançaient 2 carreaux en une minute, les archers anglais envoyaient en moyenne cinq à six flèches en tir tendu et 10 à 12 en tir courbe.

La suprématie tactique des différentes armées anglaises aux dépens des Français pendant la majeure partie de la guerre de 100 ans et particulièrement entre 1340 et 1415 (bataille de L'Écluse, Crécy, Poitiers/Nouaillé et Azincourt) ne doit rien au hasard.

Les différents rois anglais ont su utiliser de manière efficace (selon la nature des différents terrains rencontrés et les conditions climatiques...), leurs armées en s'appuyant sur une complémentarité entre des cavaliers lourdement équipés (la chevalerie), des troupes d'archers et des piétons aguerris au combat en corps à corps.

Cette suprématie est le fruit de ce que l'on peut appeler une véritable science politique militaire d'armement qui s'appuie à la fois sur les lois en vigueur, les coutumes d'un peuple (animé par un sentiment de conscience nationale), l'observation, la finesse d'analyse et les certitudes des rois sachant faire la différence entre batailles et tournois.

Thierry FERRIER

Mai 2015

La suite dans le numéro 70 à venir

Source internet, l'article complet à cette adresse : <https://docplayer.fr/21873511-L-archerie-au-moyen-age-et-dans-la-guerre-de-cent-ans.html>