

**world
archery**



Comment créer

un terrain d'entraînement de tir à l'arc



Comment créer un terrain d'entraînement de tir à l'arc

Sommaire

Introduction	3
Règles à respecter	4
Terrain extérieur	5
Installations intérieures	8
Cibles	10
Support de cible	11
Parcours de tir à l'arc en campagne	12
Barrières de sécurité	12
Secours et premiers soins	13
Exemples de terrain de tir à l'arc	15

Comment créer un terrain d'entraînement de tir à l'arc

Introduction

Le tir à l'arc est pratiqué dans le monde entier et comme pour les autres sports, il est important d'avoir l'équipement adéquat lors de l'entraînement et la compétition. L'arc et les flèches font partis de l'équipement d'un archer ; un terrain de tir à l'arc avec un sol plat, de quoi arrêter les flèches perdues et une ligne de tir sont nécessaires pour pratiquer le tir à l'arc sur cible en toute sécurité. En tir en campagne, les tirs ne se font en principe pas à plat. Il existe pour cette discipline des règles particulières pour installer un parcours.

Il ne faut pas se contenter d'installer une cible quelque part et tirer des flèches pour pratiquer le tir à l'arc.

Pour la sécurité de notre sport il est essentiel de définir l'emplacement du terrain, la procédure du tir et d'avoir la présence d'un superviseur qualifié.

Quant à l'emplacement du terrain de tir, nous devons penser à la promotion de notre sport, par conséquent, le lieu de tir doit être dans un endroit convenable et fréquenté. Ceci est un moyen d'attirer des nouveaux pratiquants. Ne construisez pas un terrain de tir au milieu de nulle part !

Règles à respecter

Règle 1

Il y a une ligne visible et claire au sol, appelée ligne de tir. Seuls les archers en train de tirer doivent se trouver à cheval sur cette ligne. Pour le tir à l'arc sur cible, il y a une seule ligne de tir pour tous les archers, même s'ils ne tirent pas à la même distance. Les cibles peuvent être placées à diverses distances dans des couloirs différents.

Règle 2

Il y a des couloirs de tir (avec cibles) perpendiculaires à la ligne de tir. Les archers doivent uniquement tirer sur la cible dans leur couloir depuis la ligne de tir.

Règle 3

Le tir se fait dans une seule direction.

Règle 4

La mise en tension de l'arc doit constamment être faite en direction de la cible. L'arc ne doit pas être tendu dans une orientation telle que si la flèche était involontairement décochée, elle sorte de la zone de sécurité (en arrière de cibles).

Règle 5

Les cibles ne doivent pas être trop fermes (particulièrement pour les débutants afin d'éviter le rebondissement des flèches) et doivent être bien fixées sur les supports. Les supports doivent être bien ancrés dans le sol extérieur et stabilisés pour l'intérieur. Les parties métalliques doivent être évitées dans les supports.

Ces règles doivent être respectées à tout moment, lors des entraînements ou des tournois. Ce sont les conditions pré-requises pour la pratique du tir à l'arc en toute sécurité.

Terrain extérieur

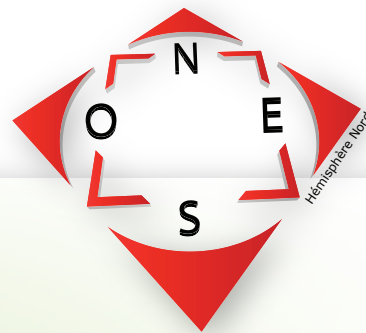
L'orientation du terrain doit être telle que les tireurs n'aient pas le soleil dans les yeux. Pour y parvenir, diverses orientations du terrain de tir doivent être prises en considération pour l'hémisphère nord et sud.



L'orientation d'un terrain de tir pour l'hémisphère nord est la suivante : la ligne de tir au sud du terrain et les cibles côté nord, avec une tolérance de +/- 20 degrés. Ceci permettra à ce que le soleil soit derrière les archers la plupart de la journée.

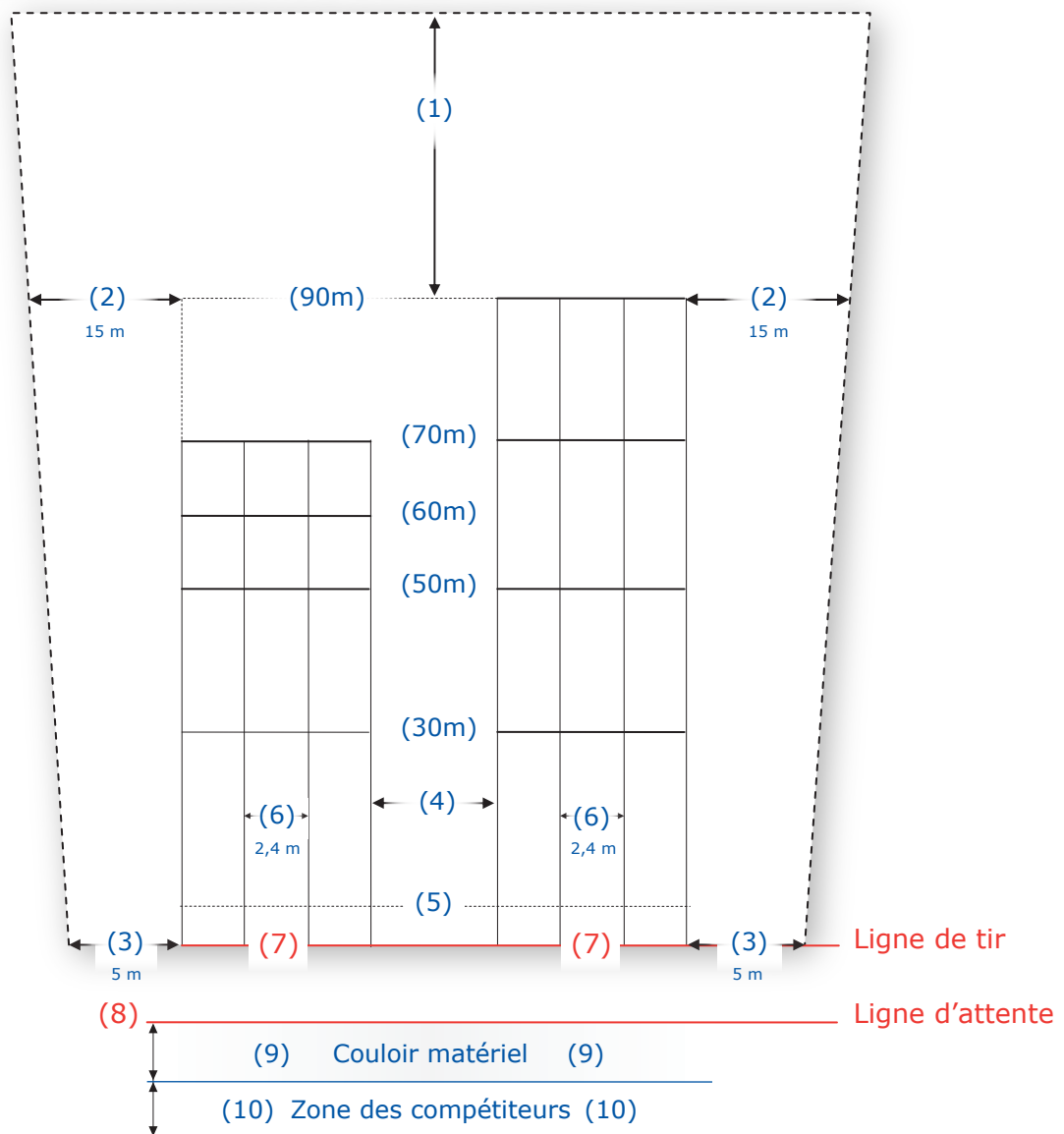
L'orientation d'un terrain de tir pour l'hémisphère sud est la suivante : la ligne de tir au nord du terrain et les cibles côté sud, avec une tolérance de +/- 20 degrés. Ceci permettra à ce que le soleil soit derrière les archers la plupart de la journée.

Pour les pays autour de l'équateur, l'heure de la compétition et l'orientation du terrain doivent être pris en considération afin d'éviter que les archers ne tirent avec le soleil dans les yeux. Toujours se rappeler que les archers droitiers et gauchers sont physiquement orientés à l'opposé sur la ligne de tir. Par conséquent, le positionnement du soleil tôt le matin ou tard dans la soirée doit être pris en considération. Lorsqu'on ne peut pas éviter de faire face au soleil, la ligne de tir devrait être à l'ombre. Mais même avec cette disposition, ce n'est pas évident de viser la cible avec un coucher de soleil derrière elle... Un autre point important est le terrain, il doit être plat (ou aplanie si possible), afin d'éviter des blessures lorsqu'on marche vers la cible par exemple.



Ligne de tir

Terrain extérieur



(1) En arrière des cibles, il doit y avoir une zone de sécurité de 50 mètres. Cette zone doit être évacuée avant et pendant les tirs. Une palissade ou une butte de terre sont d'autres possibilités lorsqu'on manque de place (comme sur les photos pages 15 et 18). La hauteur de cet arrêt-flèches peut-être calculée à partir de la formule suivante : $H \text{ min} = 0,5 * [(35 - D) / 5]$ avec D étant la distance entre la cible et cette protection. Soyez attentifs aux archers, qui peuvent être derrière les cibles, à la recherche de flèches qui ont raté la cible. Vérifiez toujours ceci avant que le signal de tir ne soit ordonné.

(2) & (3) Une zone de sécurité de chaque côté du terrain doit être évacuée de tout obstacle, qui pourrait cacher un danger potentiel.

Terrain extérieur

- (4) Si vous avez suffisamment de place sur le terrain, ajouter 10 mètres entre les blocs du terrain quand des archers tirent depuis des distances différentes, afin de distinguer les différents blocs de terrain. Cependant ceci ne permet pas la récupération des flèches alors que des tirs sont toujours en cours.
- (5) Cette ligne existe essentiellement pour les tournois. Si la flèche d'un archer tombe avant cette ligne tracée à 3 mètres en avant de la ligne de tir, la flèche est considérée comme n'ayant pas été tirée. Par conséquent, une autre flèche peut-être tirée sous la direction d'un arbitre en fonction.
- (6) La séparation entre les cibles est telle que chaque archer puisse avoir un minimum d'espace personnel de 80 centimètres pour tirer (1 mètre pour les personnes en chaise roulante).
- (7) Chaque archer se tient debout avec un pied de chaque côté de la ligne de tir pour tirer ses flèches. La ligne de tir doit être droite et parallèle à la rangée des cibles.
- (8) Pendant que les archers attendent d'aller sur la ligne de tir, ils doivent être derrière la ligne jusqu'au moment où le signal d'avancer est donné. Lorsque les archers ont tiré le nombre nécessaire de flèches, ils doivent retourner derrière la ligne d'attente. Ils doivent y attendre que le signal d'avancer pour récupérer les flèches soit donné. Cette ligne d'attente doit être à au moins 2 mètre derrière la ligne de tir; 3 mètres si vous prévoyez d'utiliser ce terrain pour des compétitions.
- (9) Dans le couloir matériel, seul le matériel de tir doit s'y trouver. Les valises d'arcs et objets similaires doivent être dans la zone compétiteurs. Laisser toujours des passages libres dans la zone d'équipement afin que les archers puissent circuler sans encombrements. La largeur du couloir d'équipement doit être de 2m à 5m (pour les tournois).
- (10) La zone compétiteurs est destinée aux archers, chef d'équipes et entraîneurs. Les visiteurs doivent être accompagnés dans cette zone, afin de minimiser d'éventuels risques de blessures et de dégâts sur les équipements.

Pour un meilleur rendement, les mesures minimales requises pour la construction d'un terrain sont : 30 mètres de large et 150 mètres de long. Vous pouvez utiliser des cibles amovibles afin d'adapter le terrain à votre guise et selon le nombre d'archers qui s'y entraînent. Les cibles à utiliser (1 à 5m, 1 à 10m, 1 à 15m, 1 à 20m, 2 à 30m, 1 à 40m, 3 à 50m, 1 à 60m, 3 à 70m et 1 à 90m) cette disposition vous permet de recevoir un grand nombre d'archers de différents niveaux.

Installations intérieures

Selon le climat, les caractéristiques du lieu et la possibilité d'avoir un terrain extérieur, une salle à l'intérieur peut être utilisée. Ceci permet de pratiquer le tir à l'arc quelque soit la saison.

Parfois, un club peut utiliser un gymnase ou tout autre salle pratique pour tirer à l'arc. Parfois, il est possible de s'entraîner à l'extérieur, dans une petite zone restreinte et protégée de maximum 25 mètres de long. Cette zone sera considérée comme une « installation à l'intérieur » du point de vue sécurité.

L'avantage des installations intérieures est la protection des archers. Tout particulièrement dans les pays aux hivers froids ou dans les pays tropicaux pour la chaleur.

La distance de tir en salle la plus courante est de 18m. Cette distance est celle des Championnats du Monde en Salle.

Derrière les cibles, il doit y avoir un dispositif qui arrête les flèches. Cela peut être « un filet pour arrêter les flèches ». Toutefois, il ne faut jamais se fier à un « filet spécifiquement fait pour arrêter les flèches » surtout s'il y a du monde derrière ce rideau. De tels filets se détériorent, et de par l'efficacité des arcs et des flèches actuellement disponibles, il est bien connu que les flèches passent au travers.



A 5m derrière la ligne de tir il doit y avoir une ligne d'attente. Ce peut être réduit à 3m en cas de manque de place. Toutefois la sécurité ne doit pas être sacrifiée. Derrière la ligne d'attente, il faut un espace pour l'équipement de tir des archers. Derrière cette zone il doit y avoir une zone compétiteurs afin d'accueillir les archers lorsqu'ils ne tirent pas, accompagnés de leur chef d'équipe et entraîneur. Une longueur totale d'environ 30 mètres est nécessaire pour une installation en salle.

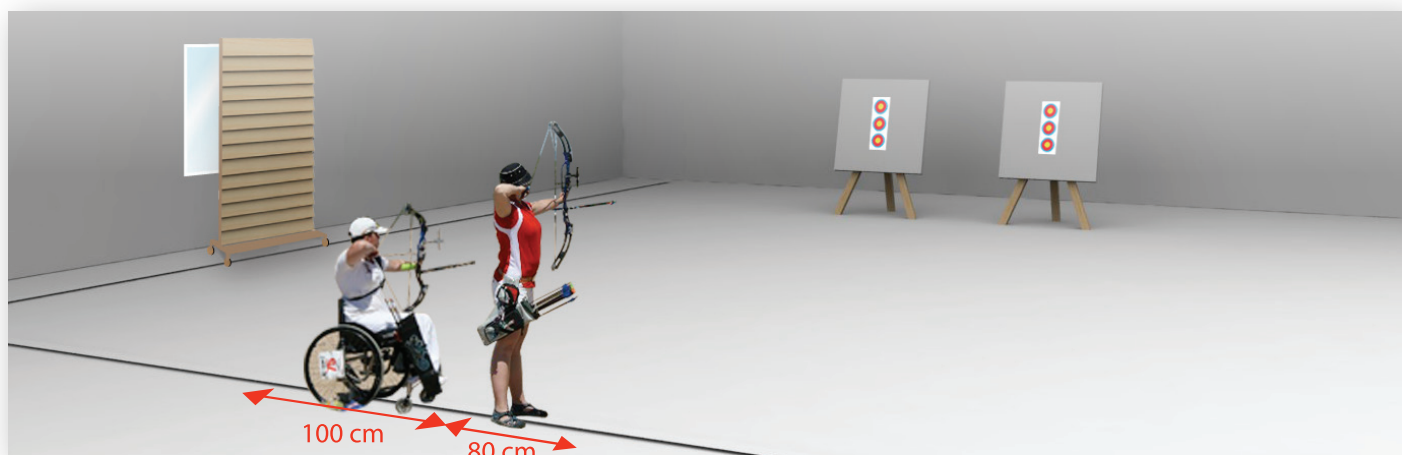
Installations intérieures

Les recommandations suivantes sont à suivre pour une installation à l'intérieure :

- L'accès au terrain se fait uniquement derrière la ligne de tir.
- Tout autre accès doit être barré lors de la pratique.
- L'accès aux portes de secours doit être libre. Si certaines portes de secours sont en avant de la ligne de tir, l'accès de celles-ci doit être restreint.
- Il ne doit pas y avoir de vitres ou de fenêtres dans le mur en arrière des cibles qui puissent être atteintes par une flèche qui raterait la cible.
- Les fenêtres peuvent être couvertes par un pare-flèche adéquat.
- S'il y a des fenêtres sur le côté, à moins de 2m de hauteur, elles doivent être protégées ou recouvertes.

Si vous utilisez des rideaux de séparation comme dans des salles multisports, ils devraient pouvoir arrêter une flèche. Afin d'augmenter son efficacité, il faut attacher le rideau par le côté supérieur uniquement. Sous aucun prétexte, il ne doit y avoir une quelconque activité humaine derrière la cible, même si un rideau pare-flèche est utilisé.

Le nombre de cibles dans une salle est habituellement déterminé par la largeur de la salle à disposition. Chaque archer a besoin de 80 centimètres d'espace sur la ligne de tir. Toutefois il est recommandé de prévoir un espace de 100 centimètres pour les personnes handicapées en chaise roulante.



Les blasons FITA pour une compétition en salle à 18 mètres ont un diamètre de 40 centimètres. La butte de tir doit être plus grande que le blason pour que les flèches qui manquent la cible atterrissent dans ce support et pas dans le rideau derrière la cible.

Cibles

La FITA reconnaît deux types de buttes de tir : Le premier type arrête frontalement les flèches lors de l'impact. Ils sont plus tendres mais il est plus facile de retirer les flèches. Ils sont conçus à partir de polymères spécifiques.

Le deuxième type butte arrête les flèches en les serrant lors de l'impact, il est plus dur et plus difficile d'extraire les flèches de la butte. Les enfants peuvent rencontrer des difficultés à extraire les flèches de ce genre de buttes car cela nécessite plus de force que pour tendre leur arc. Ces buttes sont composées d'une mousse ferme en plastique ou de paille compressée.



- Des bandes juxtaposées à l'horizontal ou à la verticale. Celles-ci sont composées de paille ou de bois compressé, de carton ondulé, ou de mousse synthétique.



- D'un bloc de mousse avec un centre interchangeable ou non. L'utilisation de ce genre de butte est fortement recommandée par la FITA et par les producteurs de flèches.



- De la paille torsadée et enroulée en spirale.

La priorité doit être donnée aux matières naturelles et recyclables pour les buttes de tir.

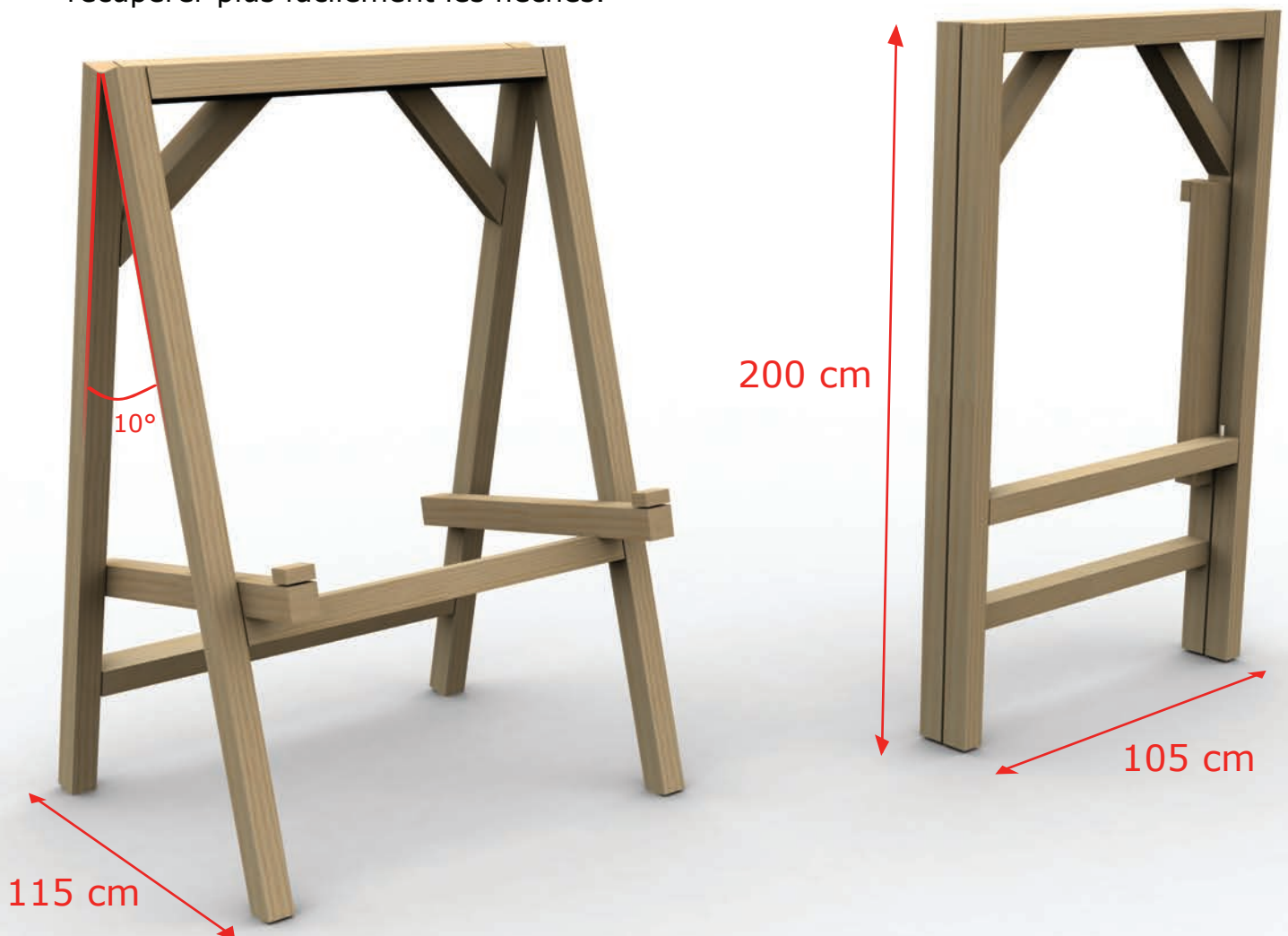
Afin d'augmenter la durée de vie de la cible, et d'éviter que des flèches ne passent au travers, il est recommandé d'installer tapis flottant (juste suspendu) en caoutchouc derrière la cible.



Support de cible

Pour les débutants, il est recommandé d'utiliser des chevalets en bois et bas pour les trois raisons suivantes :

1. Afin que les flèches sur les cibles soient plus basses que le visage des débutants. Cette configuration diminue le risque d'accidents lorsqu'un archer est heurté par la partie arrière d'une flèche extraite de la cible.
2. Les flèches perdues ne vont pas très loin et devraient être retrouvées facilement.
3. Des buttes plus basses permettent aux personnes petites ou en chaises roulantes de récupérer plus facilement les flèches.



Parcours de tir à l'arc en campagne

Le tir à l'arc en campagne diffère du tir à l'arc sur cible car le parcours comporte diverses lignes de tir réparties sur l'ensemble d'un terrain naturel.

La mise en place des lignes de tir sont disposées afin que la flèche, qui manque sa cible, ne se dirige pas dans une zone peuplée par des archers ou spectateurs.

Les cibles ne doivent pas être placées au sommet d'une montée car une flèche manquant la cible pourrait voyager dans une zone qui n'est pas visible du pas de tir.

Le parcours doit avoir des chemins sécurisés afin de permettre aux officiels et organisateurs de s'y déplacer autour des aires de tir sans danger.

Seules les personnes autorisées seront admises sur le parcours lorsque les tirs ont lieu. Elles doivent circuler à tout moment sur les chemins sécurisés.

La cible doit être complètement visible de l'archer depuis le pas de tir.

Le tir à l'arc en campagne offre des superbes opportunités de tirer à l'arc, lorsqu'aucun terrain plat n'est disponible.

Pour débiter le tir à l'arc en campagne, l'archer doit avoir un minimum d'expérience de tir sur une cible à courte distance et disposée sur un terrain plat.

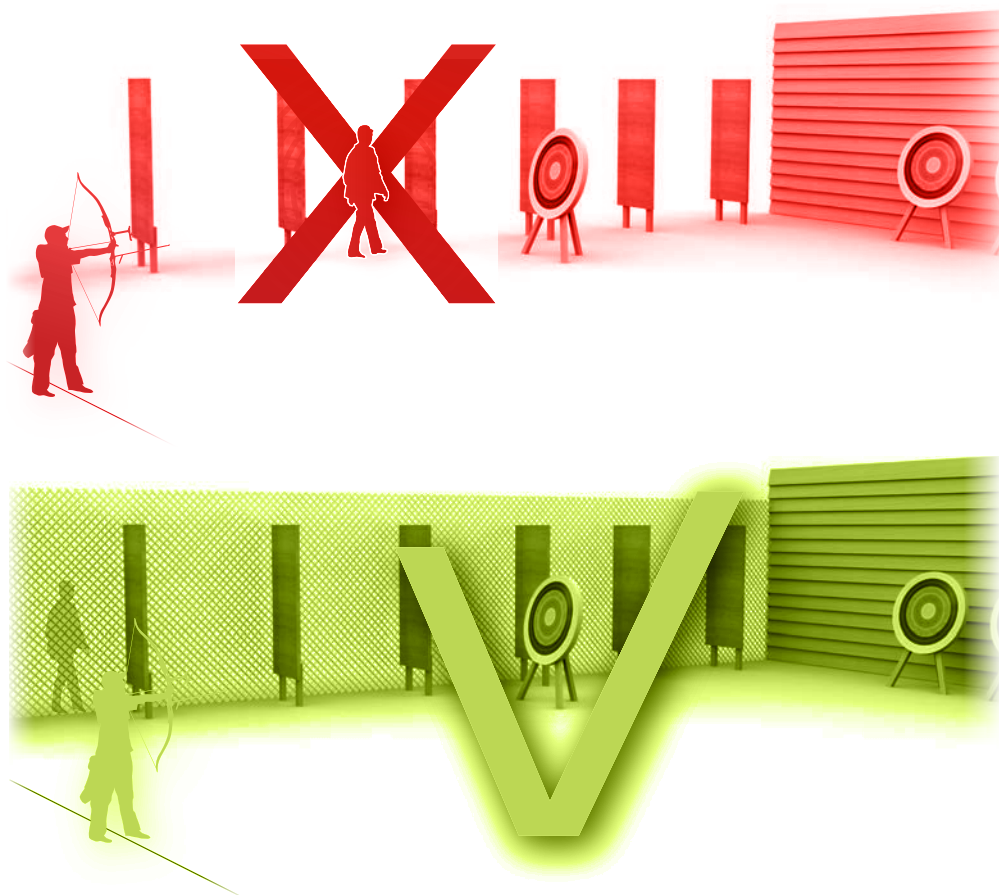
Le tir à l'arc en campagne doit avoir une zone de pratique sécurisée et bien définie.

Barrières de sécurité

Lorsque l'on tire à l'intérieur, la zone de sécurité sur les côtés de l'aire de tir peut-être réduite, en utilisant des panneaux fabriqués avec une matière résistante à la pénétration des flèches. Ces panneaux verticaux sont requis lorsqu'une construction métallique est la cause de l'endommagement ou du rebondissement des flèches vers la ligne de tir.



Lorsque l'on tire à une distance de plus de 25m sur un terrain extérieur, ces panneaux latéraux sont moins appropriés. Ils barrent la vue mais n'empêchent pas aux personnes non-autorisées d'entrer sur le terrain. Pour un terrain extérieur, des barrières ou grillages peuvent être combinés avec les panneaux verticaux afin de réduire la possibilité que toutes personnes puissent passer entre les gardes verticales.



Secours et premiers soins

N'oubliez pas de créer un plan d'urgence et de l'écrire afin que tout le monde sache ce qu'ils doivent faire et qui contacter en cas d'urgence.

La règle de base de premiers soins lors d'un accident dans le sport est **RFCE**

R - Reposer

F - Froid : Glace ou de l'eau froide afin de refroidir la zone de blessure et prévenir une inflammation

C - Compresser/presser afin de réduire le saignement de la blessure

E - Élévation/soulever la partie du corps blessée afin de prévenir l'enflure

Secours et premiers soins



- Accès à un système de communication pour demander de l'assistance spécialisée
- Ciseaux à bout arrondi ou des ciseaux de bandage
- Des épingles à nourrice de plusieurs tailles
- Oxyde de zinc
- Liens pour assurer les bandages et attacher les articulations
- Tampons ou boules de coton
- Serviette nettoyantes
- Bandes auto-adhésives, adhésives, athlétiques
- Pommade antiseptique
- Semelles orthopédiques en feutre ou en mousse (découpables) – pour pieds douloureux
- Bloc ou aérosol refroidissant
(demander à votre pharmacien ou un centre médical)
- Vaseline
- Analgésique en cas de douleur
- Protège œil
- Anti-moustique
- Linges / serviettes
- Gants en latex
- Sacs en plastique
- Manuel du secouriste



Exemples de terrain de tir à l'arc

Club de tir à l'arc à Antibes (Sud de la France)

Ce terrain a été construit afin que les archers puissent s'y entraîner, mais aussi pour y organiser des compétitions officielles.

Sur ce terrain il y a 22 cibles, toutes disponibles jusqu'à 90 mètres.

Le terrain est protégé par une clôture grillagée. Le terrain est parfaitement sécurisé et empêche l'accès aux passants ou aux animaux. De plus c'est renforcé par des panneaux en bois sur la droite et derrière les cibles.

Un local a été construit près du terrain. De l'éclairage est disponible partout.

Vue globale du terrain ; sur la droite et derrière les cibles, on peut y voir des panneaux en bois. La disposition des cibles est pour une épreuve à 70m.

Vous pouvez voir des deux côtés du terrain un chemin pour les chaises roulantes. Ce passage est également utile lorsque le terrain est trempé.



Vue de la disposition des cibles pour l'entraînement journalier : 22 cibles entre 70m, 50m, 30m, etc. Disposition permettant à tous les archers de tirer à son niveau de la même ligne de tir avec un maximum de sécurité.

Les photos suivantes proviennent aussi du terrain d'entraînement d'Antibes. Vous pouvez constater divers arrangements possibles sur un terrain extérieur.



Parking, clôture grillagée et local.



Possibilité d'entreposer du matériel tel que cibles de remplacement, arcs d'initiation, flèches en sécurité.



Photo prise depuis les cibles. On peut y voir où se trouve le local et la ligne de tir.



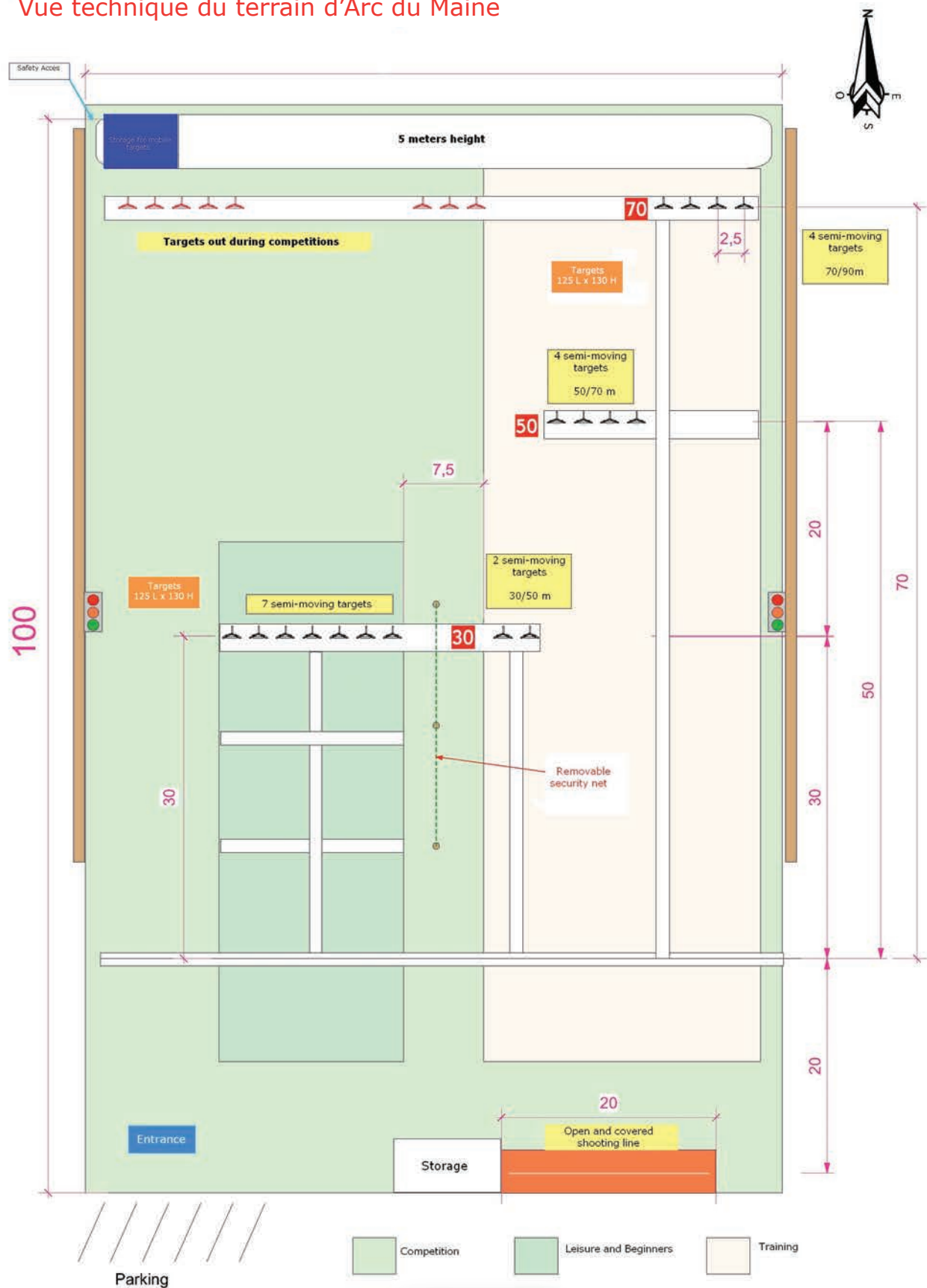
Photo prise depuis la ligne de 70m. On y voit l'ensemble du terrain, une disposition spécifique des cibles et un tapis de caoutchouc pour arrêter les flèches en cas de cible fatiguée (pièce noire).

Arc du Maine - Le Mans (Ouest de la France)



Photo du terrain prise lors d'une compétition officielle

Vue technique du terrain d'Arc du Maine





Comment créer un terrain d'entraînement de tir à l'arc

Nous voudrions remercier

Arc Club du Maine (France)

Emmanuel Collet

Club d'Antibes (France)

Thomas Aubert

Anthony Dupuis

adesign

Pour leur généreuse contribution à la réalisation de ce document



Fédération Internationale de Tir à l'Arc
Maison du Sport International
Avenue de Rhodanie, 54
1007 Lausanne
Suisse

Téléphone: +41 (0) 21 614 3050
Fax: +41 (0) 21 614 3055
E-mail: pcolmaire@archery.org

