



Le Tranche Fil

Et bien, c'est fait ! Notre concours est terminé, il marque la quasi fin de l'année civile pour notre Compagnie. Quelques entraînements plus tard, c'est la trêve des confiseurs.

J'aimerais revenir un instant sur ce dernier concours salle 2017. Il incarne à mes yeux l'Espoir : l'Espoir de devenir aussi bon archer que les compétiteurs que nous avons vu durant le week-end, l'Espoir pour l'an prochain de remplir le pas de tir le samedi comme on a pu le remplir le dimanche (104 Archers), l'Espoir de vous voir aussi nombreux à participer à l'organisation, l'Espoir d'être aussi nombreux voire plus encore au restaurant post concours, repas que j'appelle "repas de décompression".

Car oui, c'est bien votre présence durant tout le week-end et pour certains le dimanche soir que je retiens. Comme je l'avais dit lors de notre assemblée générale : Se reposer systématiquement sur les mêmes personnes risque de générer du découragement ! Rassurez-vous, je ne doutais pas un instant de l'issue de cet appel que j'avais envoyé.

Quelle satisfaction pour un Président de finir l'année sur cette note, vraiment !

Je vous souhaite à tous de bonnes fêtes de fin d'année et, avec un peu d'avance à l'heure où j'écris ces quelques lignes, je vous souhaite une excellente année 2018.

A bientôt sur les pas de tir, les occasions seront nombreuses en 2018, vous pouvez compter sur nous !

Dominique

Mon premier concours de tir à l'arc

Après être arrivé au tir à l'arc presque par accident en début d'année, j'ai décidé de donner un petit coup de main à l'organisation du concours du club.

Un petit vendredi soir de bricolage plus tard avec une super équipe, voici le week-end qui arrive.

Arrivé tranquillement le matin pour aider à la buvette, me voici rapidement invité à passer en salle.

Et là, une surprise m'attend.... Je découvre une ambiance qui m'était inconnue dans le monde du sport.

Tu pousses une porte et tu es vite surpris par les contrastes :

Il y a du monde plein les gradins, mais un simple chuchotement.

Pas de cris, pas de sifflets dans une salle de sport, étonnant !

Juste un mélange de maillots de couleurs pour que chacun marque la compagnie qui est la sienne.

Au sol, l'alignement de ces drôles de machine ramène à des époques lointaines de guerres médiévales.

Leurs lignes, aussi diverses que technologiques vous propulsent dans une galaxie lointaine...

Soudain, la lumière qui fuse sur l'alignement sans fin des cibles.

Un coup de klaxon et une rangée impressionnante d'archers avance de deux, pas comme à la parade.

Le silence est fait, le spectacle peut commencer !

La tension des archers flotte dans l'air avec un mélange de concentration et de calme.

Très vite, le silence est percé par l'enchaînement du tac-tac des flèches atteignant leur but.

Chaque impact marque le point final d'un mouvement effectué avec beaucoup de sérénité. Tout aussi vite arrive la fin de la volée ponctuée d'un nouveau coup de klaxon, avant que les lumières ne s'éteignent.

C'est le retour sur terre, avec le décompte des points, l'appel aux juges pour lever les doutes, et le manège des abeilles du club, pour tout remettre en état. Tout cela, dans le calme et sans heurts

Calme et sérénité ? Pas tant que ça en y regardant bien...

Les indices :

- L'entraîneur stressé qui perd autant d'ongles que son poulailler rate de point !

- Le regard déçu de l'archer après avoir manqué une volée ou encore le soupir fatigué de l'archer venant de perdre son duel.

Pour les volées suivantes on se choisit un poulailler. On retient son souffle pendant ses volées. On scrute sa technique.

Bref on a envie de prendre sa place...

Vivement la prochaine compétition et que mon tour vienne de rentrer dans la danse !

Frédéric PONSOT



Citation

World Cup Final Champion in 2014, Sara Lopez says that a mistake many people make is comparing themselves to other archers.

“Be yourself, have your own shot and try not to shoot like everyone else,” she adds.

Lors de la finale de la coupe du monde en 2014, Sara LOPEZ a dit : « C'est l'erreur que beaucoup font, de se comparer aux autres archers», elle a ajouté : «Soyez vous-même, ayez votre propre façon de tirer et n'essayez pas de tirer comme quelqu'un d'autre »

Pourquoi vouloir être Archer à 60 ans!

Oui pourquoi ?

Je viens de fêter mon 60^{ème} anniversaire bien ardemment ...
Et ma flèche blanche presque en même temps ...

Cela peut vous sembler un petit peu surprenant ...

C'est pourtant plus que motivant.....

De découvrir ce monde et ce nouvel environnement...

Après la marche, la natation et le VTT, le tir à l' arc me permet d'autres concentrations et a rapidement apporté de nouveaux atouts pour moi.

Si le tir à l' arc était pour moi un modèle de sport réservé pour les "sportifs sages", il est rapidement devenu un excellent exercice pour la maîtrise de mon corps, ce qui est tout aussi important à mes yeux que celle de mon esprit.
J'ai découvert ce sport de façon très ludique, sans aucune prétention au départ, cet été, à Tignes, en animation de club estival.

Les premières séances furent cependant instant de déception, mais aidé dans notre club par Lionel, notre expérimenté entraîneur qui, armé de patience, cherchait non pas le blason mais à cibler et comprendre nos nombreux gestes afin de nous aider à les automatiser, les améliorer ou à les corriger ce qui m'a permis de retrouver tous mes espoirs.

Il doit comprendre et nous expliquer, voire même nous décomposer le pourquoi "notre geste n'est pas bon".

Oui, pour réussir à atteindre notre but, nous devions puiser en lui tout son savoir, toute son expérience, toute sa sagesse, mais aussi également, trouver la force, la volonté, la rigueur, la précision et la régularité dans nos actions, et dans le geste ... qu'il nous répétait sans faiblesse.

Avec son aide et sa persévérance, j' ai pu enfin moucher correctement ce fameux blason.

Cela est bien moins évident et facile que ce que je ne pouvais imaginer en regardant les volées d' archers expérimentés au gymnase Maurice Baquet de Guyancourt, ou confortablement installé devant mon téléviseur.

Je ne cache pas qu'un moment de découragement m' a même traversé l' esprit, l' arrivée de notre second moniteur Pierre, avec ses méthodes un peu différentes mais tout aussi efficaces, m' ont, elles aussi, perturbées.

Cela a été encore plus flagrant lorsque, lors de notre première évaluation, la toute première flèche blanche n' a pas été au rendez-vous.

Mais la persévérance de l'élève et des instructeurs Lionel et Pierre ont fini par payer.

Pourquoi l'entraînement est-il pour moi si important ?

Une fois par semaine seulement pour acquérir les automatismes indispensables, travailler la technique, les fondamentaux de la gestuelle, notre précision, est-ce vraiment un rythme suffisant ?

Travailler le mental, se préparer à GAGNER c'est ce qu'on appelle : « la stratégie de compétition. Ou plus modestement la motivation du blason.

C'est aussi pour moi, en passant à l'action et en pouvant évaluer mes progrès, un excellent moyen de reprendre confiance en moi.

Cette fameuse confiance en soi qui est le terme indispensable de la réussite en compétition pour chaque archer.

Compétitions locales que nous allons bientôt pouvoir aborder, nous, débutants du club.

Oui j'apprécie et j'aime ce club "Les Archers de Guyancourt", pour son ambiance, son savoir-faire, le matériel qui est mis à notre disposition et aussi tout simplement pour le chaleureux accueil qui nous a été réservé au sein de ce groupe d'experts déjà bien installé.

Merci à vous tous.

Marc RIGOLIER



Le 1^{er} concours de Sélène

Je me suis rendue le 18 novembre 2017 à Rambouillet pour ma première compétition de tir à l'Arc en catégorie benjamine..

Nous étions quatre par cible mais pas de ma catégorie. Au début je ne savais avec qui je devais tirer, puis, après, j'ai repéré que c'était une fille plus âgée que moi. Nous tirons deux par deux AB et CD ensemble. Moi j'étais C à la cible 2.

C'était vraiment super. J'ai eu le stress au début mais après je me suis sentie mieux. Si c'est votre première à vous aussi, ne stressez pas, ça va bien se passer. L'ambiance est sympa. Mes entraîneurs étaient présents et m'ont donné des conseils tout le long. Au début, j'ai vu les autres, je me comparais à eux, mais après, j'ai arrêté et c'était mieux, moins stressant. Cela a duré trois heures. J'étais fatiguée, j'ai mangé j'ai pu repartir.



Attention à notre cible tout le monde avait oublié de signer la feuille de marques. Damien nous a même dit que l'archer qui oubliait d'enlever les flèches devait payer l'apéro à tout le monde.

Vivement la prochaine!
Et bonne chance à tous!

Sélène N'DIKY

Woo-Jin Kim



L'un des meilleurs archers du moment en arc classique avec Woo-Jin Kim. Champion olympique par équipes en 2004 et 2008 (3eme en 2012). Champion du monde en individuel en 2007 et 2017 (2eme en 2003, 2009 et 2011), par équipes en 2003, 2007, 2009 et 2011 (3eme en 2017, 4eme en 2013) et par équipes mixte en 2017. Vainqueur de la Coupe du monde en 2008.

Vainqueur des Jeux d'Asie en individuel en 2006 (3eme en 2002) et par équipes en 2002, 2006 et 2010. Vainqueur de la Coupe du monde en 2008. Détenteur du record du monde à 72 flèches avec 687 points aux Jeux Olympiques de 2004, un record qu'il porta à 691 points en septembre 2010, à 696 points en mai 2012 puis à 699 points lors des qualifications des Jeux Olympiques de Londres en 2012. Médailé d'or aux Jeux d'Asie en individuel en 2006 et par équipes en 2002, 2006 et 2010 (3eme en individuel en 2002).

Un archer exceptionnel qui est également légèrement aveugle, avec une vision de 1/10e à l'oeil gauche et de 2/10e à l'oeil droit. De la cible, il ne distingue que les couleurs comme si elles avaient été trempées dans l'eau.

Source Internet

Je vais y arriver !

Je fais du tir à l'arc depuis 3 mois environ, et je vais tenter d'expliquer pourquoi. Pourquoi ?

Cette question me plaît, y répondre permet de donner du sens à ce que je fais.

Pourquoi peut signifier : quels sont les déclencheurs qui m'ont amené à faire du tir à l'arc ?

J'avais déjà eu envie d'en faire, il y a plusieurs années, quand un collègue qui en faisait m'en avait parlé. Et puis, cette année, plusieurs événements m'ont décidé à me lancer. J'ai d'abord vu les archers du club s'entraîner au jardin d'arc. Au soleil, en plein air, cela avait l'air bien tentant. Puis, pendant mes vacances en Savoie, à La Féclaz, se déroule le championnat de France de tir à l'arc 3D. J'en profite pour décocher mes premières flèches. Enfin, pendant la fête des associations, je suis sur un stand à 2 pas de celui du club alors, ça y est, je m'inscris.

Pourquoi peut aussi signifier : dans quels buts ?

J'aime la précision comme pour le bowling par exemple. J'aime les défis. J'ai l'esprit de compétition. Mais j'ai aussi envie de m'amuser, de passer de bons moments.

Je suis motivé mais les débuts sont difficiles. J'ai l'impression de me retrouver à mes premières séances de conduite où le moniteur me disait : regarde dans les rétros, mets ton clignotant, change de vitesse et où je me disais que je ne serais jamais capable de penser à tout ça en même temps.

Un archer trouve ses automatismes après 5000 flèches. J'en ai tiré moins de 1000. Alors c'est sûr, je vais y arriver.

Patrick BRISACIER



Mon Concours au Pecq le 25 Novembre 2017



Mon ressenti sur mon premier concours au Pecq: au début nous étions tous stressés. Pendant les premières volées surtout. Après, pour moi, c'était calme. On termine les 10 premières volées, nous étions soulagés de nous reposer pendant 15 min.

Ensuite, nous avons repris la deuxième série de volées.

Les 10 volées passées, les arbitres ont signalé la fin, et qu'on pouvait, à présent, manger, pause d'une heure.

Pendant cette heure, on a mangé, et puis on a regardé les résultats de la matinée. Moi j'étais super contente car je suis à la 3^{ème} place. On reprend les tirs pour les duels. C'était sympa, à part le club d'Achères qui n'arrêtait pas de crier, donc nous stressait de plus en plus.

Mais en conclusion on s'est beaucoup amusé ce qui est le principal.



Pierre et Dominique y étaient bénévoles

Les Ulis – juin 2016
Championnat de France Handisport

Il y a de cela quelques années, la Compagnie de Magny les Hameaux avait organisé le Championnat de France Handisport en salle.

Guyancourt avait bien entendu répondu à la demande de volontaires pour aider au bon déroulement des compétitions. Au printemps dernier, la Compagnie des Ulis demandait la présence de volontaires pour ce Championnat en extérieur. Pourquoi faut-il de nombreux volontaires pour le bon déroulement des tirs ? réponse simple : les compétiteurs n'ont pas tous la facilité de déplacement pour aller en cible ; l'organisation demande donc des volontaires pour aller en cible, compter et marquer les points (c'est pour cela que la Fédération préfère que les volontaires soient eux-mêmes archers).

Petite limitation pour Guyancourt : ce Championnat avait lieu le même week-end que notre tir du Roy. Conséquence : Dominique, notre Président a pu s'y rendre le samedi matin et moi le dimanche (on s'inscrit par mail à l'avance).

A l'arrivée au stade, on découvre que le petit parking est entièrement réservé aux véhicules pour handicapés. Il est plein, est-ce une surprise ? Pas vraiment. Il y a un grand centre commercial aux Ulis ; un dimanche matin, on a quelques milliers de places disponibles à portée de flèche.

A l'accueil, on reçoit un tee-shirt d'organisateur (bleu ciel pour les archers des Ulis qui s'occupent de la ciblerie et orange pour les aides) et ensuite on fait la queue pour se voir attribuer une activité, c'est-à-dire qu'un volontaire est affecté à chaque compétiteur.

L'image, sans doute la plus commune, est celle de l'archer paraplégique, qui tire en fauteuil roulant. Il y a d'autres handicaps. Il y a deux catégories pour les handicaps visuels : malvoyants et non-voyants. Qu'un aveugle puisse tirer à

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

l'arc, c'est déjà un exploit assez remarquable, mais je trouve qu'une catégorie est encore plus impressionnante : les amputés.

Déjà, à Magny, nous avions été ébouloés par des archers manchots tirant en classique ; comment est-ce possible direz-vous ; avec une grande volonté et une languette de cuir fixée à la corde, que l'on saisit avec les dents ; on libère la flèche en desserrant la mâchoire.

Vu aux Ulis, compétition Fédérale Compound, donc des archers manchots qui tirent à 50m avec un arc à poulies ; ça demande une technologie un peu plus élaborée, le bras valide est toujours le bras d'arc

L'archer revêt un plastron double (poitrine et dos) très fermement fixé au corps. Ce plastron contient le mécanisme de décoche, donc lui-même solidement fixé. La flèche est placée sur l'arc et la boucle assujettie au mécanisme de décochage. L'armement s'effectue en repoussant l'arc jusqu'à tension du câble. La libération de la flèche est commandée par un dispositif allant de la bouche au mécanisme de décoche..

Comme à Magny pour l'épreuve en salle, on ressent une plus grande amitié ou fraternité parmi les compétiteurs que lors des épreuves FFTA pour archers valides où, pour beaucoup, c'est la performance qui compte ; ce n'est pas le cas en Fédération Handisport.

Si d'aventure un club d'IdF pas trop éloigné de St Quentin organisait une épreuve Handisport, il est clair que je m'y rendrais avec plaisir



Pierre ROSINGER

Dates à Retenir

Saint Sébastien : Samedi 20 Janvier 2018
Championnat Régional Jeunes : 10 et 11 février 2018
Bouquet Provincial : 20 Mai 2018 à Angy (60)
Tir du Roy : Samedi 09 Juin 2018

Le Tranche Fil vous souhaite une excellente année 2018

2018 à l'horizon

*Quel est donc ce bateau qui pointe à l'horizon
Et qui file, droit vers nous, avec sa cargaison
Ses voiles sont gonflées par le vent du bonheur
Ses cales sont remplies de joie, de bonne humeur
Attendez-le au port, pour la distribution
Quand il sera à quai, fredonnez la chanson
Qui veut que l'an nouveau, soit encore bien meilleur
Que l'an qui est passé, s'en est allé ailleurs*

Lionel



Dominique comptait les points de
Jean-François MAITRE

