



13,14 et 15 décembre 2019

C'est encore loin me direz-vous, pas tant que ça !
Ce sont les dates de notre concours annuel, et nous aurons besoin de
toutes les bonnes volontés.
Alors pensez à noter ces trois dates dans vos agenda

Bienvenue au club

La saison 2019-2020 est déjà bien entamée et le Tranche Fil vous souhaite la bienvenue.

Comme chaque année, notre Compagnie compte une grosse centaine d'adhérents.

Merci à tous ceux qui ont renouvelé leur adhésion et bravo pour leur choix, aux nouveaux qui vont découvrir le tir à l'arc.

A la fois activité de loisir ou sport de compétition, le tir à l'arc va vous permettre de partir à la découverte (ou redécouvrir pour certains), d'une nouvelle activité mais aussi de vous-même.

Sport à la fois ludique et exigeant, vous allez apprendre, par étape, à vous concentrer, à connaître votre corps, ses multiples possibilités et vos capacités à le commander.

Vous allez aussi découvrir la maîtrise de votre mental, son importance capitale dans la marche vers la réussite.

Le tir à l'arc est un sport physique, mais il est aussi, voire surtout, un sport de sensation. Il n'y a pas ou peu de réussite sans la prise de conscience de son corps, de la bonne position, du bon geste.

Il est à la fois un sport individuel et un sport collectif, (compétitions par équipe), et dans notre compagnie, nous allons former, tout au long de cette année, une équipe au sein de laquelle nous allons œuvrer tous ensemble pour le bon déroulement de nos activités.

Votre participation à la vie de la Compagnie, au rangement du matériel, à l'organisation de nos manifestations, à la rédaction d'articles pour le Tranche Fil, le respect de votre matériel, le respect des autres, sont autant d'éléments essentiels à notre collectivité.

Pensez aussi que votre arc est une arme, et comme toute arme, il représente un danger, pour vous et pour les autres, si vous ne respectez pas les règles de sécurité qui vous seront imposées.

Cette année se déroulera avec des temps forts:

- Administratif avec l'assemblée générale annuelle à laquelle chacun se doit de participer
 - Rituel, les compétitions internes, les passage de flèches en commun, un tir ludique en commun et les pots de l'amitié
 - Habituel, avec notre concours annuel en décembre et le championnat régional en février
 - Traditionnels avec le tir de la Saint Sébastien (Saint Patron des Archers) en janvier, le Bouquet Provincial en mai et le tir du Roy en juin prochain.
- (Des précisions vous seront données en temps utile)

Voilà en quelques mots ce qui nous attend.

Le Tranche Fil vous souhaite une bonne année de tir, les Archers de Guyancourt et son équipe dirigeante, bénévole, vous souhaitent, à nouveau, la bienvenue et espère que nombre d'entre vous accepteront de participer aux différentes manifestations qui vont rythmer cette année et pourquoi pas viendront grossir les rangs du comité directeur.

Lionel THEILLAUMAS

Entraînement, communication, Tranche fil



Découverte du tir Beursault

Dernier jour d'Août, un samedi matin ensoleillé, je pars à Montfermeil pour faire mon premier tir Beursault avec Pierre et Yannick. Pierre me l'a proposé depuis longtemps et nous a fait faire un entraînement spécifique au jardin d'arc. Mais qu'est-ce que le Beursault ? Pierre vous dirait certainement que son origine remonte à une ordonnance de Charles VII datée du 28 avril 1448. C'est donc un tir traditionnel pratiqué par les archers depuis des siècles.

Certains aspects du tir sont habituels comme la distance de 50m mais beaucoup de choses surprennent dans le tir Beursault. Pour commencer, il n'y a pas une cible avec son blason mais 2 cibles. Les cibles se font face et je dois tirer dans l'une puis dans l'autre alternativement. Il y a bien des volées, 40, mais ce sont des volées d'une seule flèche (pas sûr qu'on puisse encore appeler ça une volée).



Pour les consignes de sécurité, bien sûr, il y en a mais pas celles que je respecte habituellement. Les archers tirent en Peloton c'est -à-dire l'un après l'autre dans la même cible. Après mon tir, je marche en direction de la cible où je viens de tirer alors que les autres archers du Peloton tirent sur cette cible. Je pars avec mon arc car j'en aurais besoin pour pouvoir tirer dans l'autre sens. Heureusement, des palissades disposées de chaque côté de la ligne de tir masquent le chemin que j'emprunte pour marcher vers la cible. J'entends alors les flèches de mes compagnons de tir siffler à mes oreilles. Impressionnant.

Avec mon Peloton de 4, faire les 20 allers-retours nous a pris 3 heures et 2 bons kilomètres de marche à pied sans jamais poser notre arc. Et puis vient le temps du repos et du repas, apéro et barbecue, que du bonheur.

Une expérience qui m'a vraiment plu et que je vous recommande si vous n'avez jamais essayé.

Merci à Pierre de me l'avoir proposée.

Patrick BRISACIER



Ndlr : Les pelotons sont composés de 5 à 6 archers maximum, les volées sont des haltes (40), parfois 42 avec les haltes de salut aux buttes, les palissades sont des gardes. Il y a la butte d'attaque et la butte maîtresse.

Le chemin emprunté pour regagner la cible opposée s'appelle l'allée des Chevaliers, celle du centre s'appelle l'allée du Roy, comme son nom l'indique, elle ne peut être empruntée que par ceux qui ont l'honneur d'être Roy.

Je vous recommande ces articles :

https://fr.wikipedia.org/wiki/Tir_Beursault

<http://ciearc-annonay.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/1762/document/8458.pdf>

Dans la version numérique du Tranche Fil, un clic droit sur les liens vous permet d'accéder aux articles

Nos assemblées générales

Elle se tiendra **le samedi 23 novembre à 14h**, villa Jean Monnet, 2 rue Jean Monnet à Guyancourt

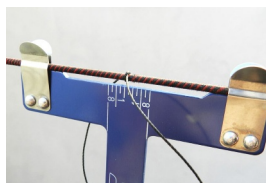
Elle sera précédée d'une AG extraordinaire, visant à modifier nos statuts, et faire en sorte que nous n'ayons plus à valider des tarifs d'adhésion qui sont déjà appliqués.

Vous recevrez en temps utile votre convocation, précisant le lieu et l'ordre du jour.

Inutile de vous dire que votre présence, ou votre pouvoir seront impératifs pour réunir le quorum.

Les points d'encoche

Ils peuvent être en plastique, en métal ou encore en fil. L'intérêt du fil est d'alléger la corde, et en général de ne pas bouger. Son inconvénient est la difficulté de réglage. Il faut être sûr de le positionner au bon point de détalonnage, faute de quoi, il faudra défaire puis recommencer.



Le bon point de détalonnage se situe à 5 ou 6 mm du point zéro. Votre 1^{er} nœud sera en contact avec le bord inférieur de votre encoche.

Vous ferez ensuite un second nœud en dessous du premier avec la boucle du côté opposé à celle du premier et répétez l'opération jusqu'à obtenir la forme et le volume souhaité.



Le positionnement du 2ème repère d'encoche doit permettre une certaine liberté à votre encoche, faute de quoi, elle serait pincée en position de tir.

Les 2 repères étant réalisés, il ne vous reste plus qu'à couper le surplus de fil et faire fondre ce qu'il en reste en prenant garde de ne pas brûler la corde.

Pour plus de sécurité, vous pouvez préalablement enduire votre tranche fil d'un peu de colle à chaud ou encore mettre un point de cyanolite sur les nœuds terminés.



Lou d'Andigne

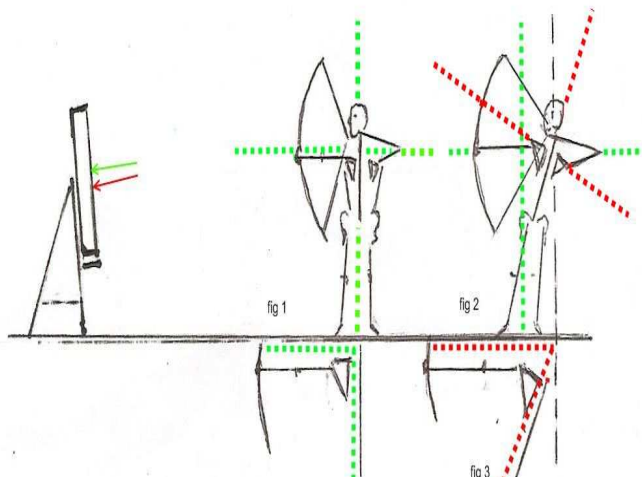
Lou fait partie des Archers de Guyancourt. Elle tire depuis 2016 dans l'équipe jeunes que Damien entraîne.

En ce début de saison sportive, Lou fait fort, puisqu'elle décroche ses deux premiers podium (minime) avec 524 pts à Trappes et 528 aux Mureaux, loin devant ses adversaires (environ 50 pts de mieux).



Le contrôle de soi

Le tir à l'arc est un effort individuel. Même en ligne avec 50 autres personnes, vous êtes seul et isolé, tenir le coup ou flancher, ne dépend que du contrôle de vous.



L'angle droit formé par le bras d'arc et l'axe du corps facilite la tâche des muscles qui le maintiennent dans l'axe de tir.

L'angle aigu formé par le bras d'arc et l'axe du corps complique sérieusement la tâche des muscles qui maintiennent le bras à l'horizontal.

Quelques explications

Dans la figure 1, lors de la traction sur la corde, les articulations s'empilent de la main d'arc jusqu'à l'épaule. Les muscles (essentiellement le deltoïde et le sus-épineux) ont peu d'effort à fournir, les muscles abaisseurs de l'épaule (grand dorsal, faisceau inférieur du grand pectoral) peuvent maintenir l'épaule basse.

Dans la figure 2 les articulations ne sont plus empilées, le haut du corps part vers l'arrière, l'axe vertical du corps est rompu, le deltoïde et le sus-épineux sont sérieusement sollicités, les muscles abaisseurs de l'épaule deviennent inefficaces, l'épaule remonte.

Cette situation augmente la fatigue musculaire, la visée s'en trouve compromise ainsi que le résultat en cible.

De plus, le tendon du sus ou supra épineux se trouve coincé (avec d'autres) entre la tête de l'humérus et ce qu'on appelle le défilé acromio-claviculaire (acromion = partie de l'omoplate et clavicule) augmentant le risque de tendinite.

Voilà, entre autre et succinctement, pourquoi il est capital de respecter les fondamentaux d'horizontalité et de verticalité, si l'on veut améliorer ses résultats et ne pas se retrouver avec une tendinite.

Lionel

Arash Kamangir



Tiregan ou Jashn-e Tiregan est un ancien festival Iranien en faveur de la pluie.

Cet événement est célébré en juillet ([Tir, mois du Calendrier](#)

[persan](#)) et se rapporte à l'Archange Tir (flèche) ou Tishtar (boulon de foudre) qui ont ensemble produit dans le ciel, le tonnerre et la foudre nécessaires pour avoir de la pluie. La légende indique qu'**Arash-kamangir** était un homme choisi pour régler un conflit de terre entre l'Iran et Turan (nom iranien de l'Asie centrale).

Arash devait tirer sa flèche le 13^{ème} jour de Tir, et là où la flèche se planterait, là se trouverait la frontière entre les deux royaumes. Il devait mettre dans ce tir toutes les forces de sa vie, à tel point qu'il mourut après avoir tiré sa flèche.

Turan et l'Iran, qui avaient souffert de la sécheresse, se réjouirent du règlement pacifique de ce conflit de frontière, de la paix et de la pluie versée sur les deux pays.

Aujourd'hui encore, quelques Iraniens célèbrent cet événement en dansant, chantant, en récitant de la poésie et en servant du potage d'épinards et le Sholeh Zard (plat traditionnel iranien à base de riz, amandes safran, cannelle, eau de rose, sucre).

Pendant cette célébration, les enfants s'amuse également en nageant et en s'éclaboussant d'eau. La coutume consiste aussi à attacher des bracelets arc-en-ciel sur leurs poignets. Ils les portent pendant dix jours et puis les jettent dans l'eau.

Les statues de bronze dont vous voyez les reproductions ont été détruites, car elles ont été considérées comme une insulte au régime de l'Ayatollah Khomeiny.

Dans la version numérique du Tranche Fil, les liens actifs sont normalement de couleur bleu



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

- L'assemblée générale ordinaire le **samedi 23 novembre 2019** à 14h
- Notre concours annuel : **samedi 14 et dimanche 15 décembre 2019** à Maurice Baquet
- La Saint Sébastien : **Samedi 18 janvier 2020** à Maurice Baquet
- Le concours régional adulte : **samedi 8 et dimanche 9 février 2020** à Maurice Baquet
- 1200 flèches : **samedi 29 février 2020** à Guyancourt
- Entraînement compétition saison extérieure **27 et 28 Mars 2020**, Gymnase Maurice Baquet (sortie ponctuelle au Tir au Jardin d'Arc si le temps est clément)
- Challenge des Lacs : **dimanche 22 mars** (date prévisionnelle)
- Le Bouquet provincial : **dimanche 17 mai 2020** à Gisors
- Le tir du Roy : **samedi 6 juin 2020** au jardin d'arc des Droits de l'Homme

Officiers de Compagnie

Le club, association Loi 1901 pour activités socio-culturelles, excluant les associations politiques, syndicales ou religieuses possède un bureau constitué d'un minimum légal de 3 membres ; Président, Secrétaire et Trésorier

L'organisation en Compagnie possède également un bureau, le conseil de Compagnie, dont les membres en sont les Officiers. La Compagnie est constituée des Chevaliers et des Archers (il faut que ces personnes, outre avoir le grade, soient à jour de leur cotisation et inscrites au club en première compagnie)

Le Capitaine, les Lieutenants et le Prévost (appelé parfois Censeur ou Procureur) sont obligatoirement Chevaliers. Ils sont élus par les Chevaliers.

Les autres officiers peuvent être Chevaliers ou Archers et sont élus par l'ensemble des membres de la Compagnie. Le cumul de fonction est autorisé

Autrefois, le chef de la Compagnie était le Connétable. Le titre étant devenu purement honorifique et pouvant être attribué à un non-pratiquant, il n'est plus catalogué comme Officier de la Compagnie, mais comme dignitaire.

Sont Officiers ;

Un Capitaine, avoir un Capitaine est une obligation pour une compagnie ; c'est lui le chef. élu par les Chevaliers, il porte une écharpe bleue

Un premier Lieutenant présence facultative – c'est le numéro 2, pas d'écharpe distinctive

Un second lieutenant : présence également facultative (ne se justifie que si la compagnie comporte beaucoup de membres)

Un sous-Lieutenant (ou Enseigne) Porte-Drapeau avoir un porte-drapeau est obligatoire – la compagnie peut élire un Archer ou un Chevalier à titre permanent ou bien désigner une personne différente à chaque occasion (le Porte-Drapeau permanent est fortement conseillé).

Un Greffier (ou secrétaire) – Il est le détenteur du registre de la compagnie.

Un Trésorier – c'est le détenteur du tronc (la tirelire de la compagnie), dans lequel on verse des contributions volontaires ou bien des amendes

Un Prévost (Censeur ou Procureur) – Il est le garant du respect des règles. Son rôle n'est pas punitif mais pédagogique (le terme « Prévost » est de ce fait préférable, n'ayant pas la connotation punitive des deux autres). Lorsqu'il constate une faute, il doit expliquer en quoi il s'agit d'une faute. Ce n'est que si le fautif, malgré plusieurs explications, ne modifie pas son comportement qu'on lui présente le Tronc (tirelire de la Compagnie)

Le Prévost est également l'arbitre en cas de conflit lié à la présentation du Tronc



Pierre ROSINGER