

COMMENT CHOISIR SON ARC

1er choix : Le magasin

Si vous avez décidé d'acheter votre arc, et que le Tir à l'Arc représente encore pour vous de nombreux mystères, ne partez pas à l'aveuglette dans le premier supermarché du coin. Demandez des conseils, partez avec un ami archer chez un bon spécialiste d'archerie.

2e choix : La discipline

Dans la pratique du tir à l'Arc, nous allons classer 2 grandes familles :

Le tir d'instinct C'est la forme de tir la plus ancienne, elle se caractérise par l'emploi d'un arc nu, avec une technique de tir rapide n'utilisant aucun système de visée.

Il s'agit alors d'envoyer sa flèche « d'instinct » vers le but à atteindre (comme le font les chasseurs).

Le tir sur cible Associant précision et concentration, ce tir à pour but de mettre le plus de flèches possible dans le centre d'une cible équipée d'un blason.

La technique est alors basée sur un système de visée (pointe de flèche, viseur...)

3e choix : Le type d'arc

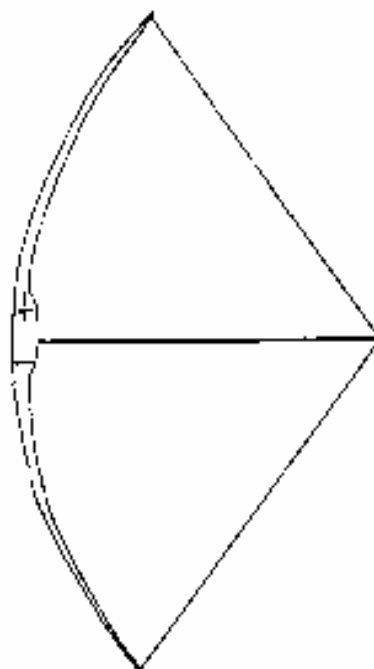
3 grands types d'arc

1) Le long bow (ou grand arc)

C'est l'arc traditionnel.

Les branches, d'un seul bloc, sont droites.

La poignée ne possède, ni fenêtre, ni repose flèche.



2) L'ARC RECURVE (CLASSIQUE)

Le plus répandu

Les branches :

Elles sont recourbées à leur extrémités pour augmenter la vitesse.

Branche fibre : ensemble de bois, de fibre de verre et de résine.

Branche carbone : ensemble de fibre de carbone.

Le corps :

Arc monobloc : les branches sont solidaires du corps, celui-ci est en bois. (Arc de chasse)

Arc démontable : les branches sont fixées sur le corps par un moyen mécanique et peuvent être démontées pour le transport de l'arc

Corps en bois :

Avantages :

- le prix ;
- la beauté du bois ;
- son poids

Désavantages :

- les performances sont réduites
- son grip est fixe.

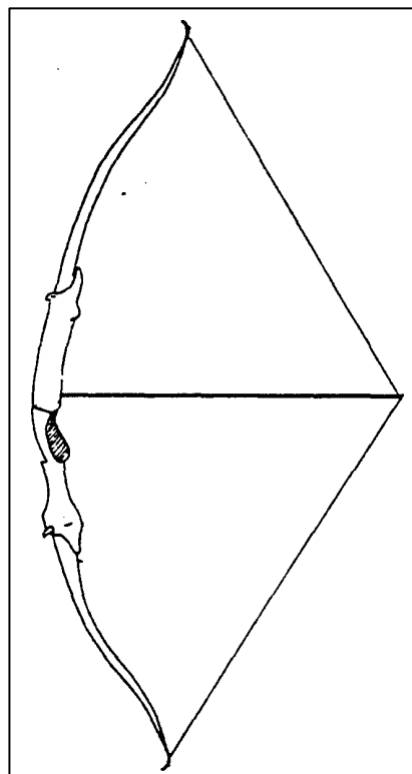
Corps en alliage aluminium ou magnésium :

Avantages :

- sa rigidité ;
- sa conception plus affinée ;
- ses différentes possibilités de réglage ;
- ses performances ;
- son grip interchangeable.

Désavantages :

- son poids ;
- son prix.



3) L'ARC A POULIES (COMPOUND)

L'arc à poulies permet par un jeu de palans ou de cames de démultiplier la puissance, pour gagner 40 à 60 % de la puissance de l'arc en visée.

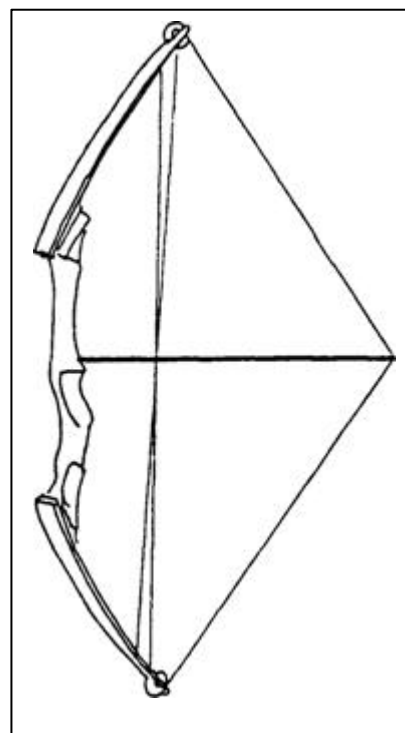
Les branches de différentes conceptions, sont munies de poulies ou de cames.

La poignée, le plus souvent en métal.

Le compound, de conception américaine, est utilisé pour la chasse, le Tir Nature et le Tir sur Cible.

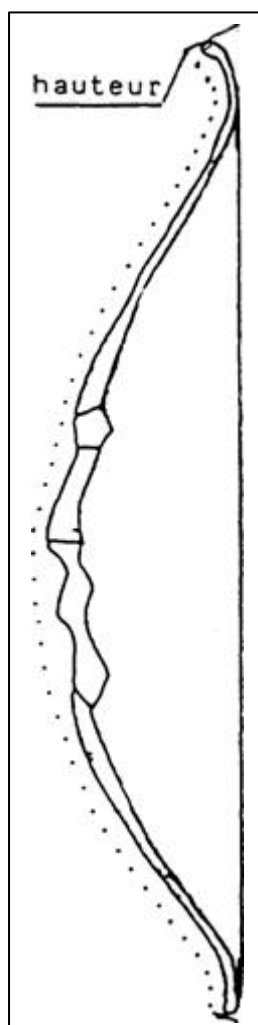
La puissance de l'arc est réglable.

Attention : tout changement demande de refaire les réglages.



4e choix : La hauteur de l'arc

La hauteur varie selon l'arc utilisé et selon votre allonge.



TYPE D'ARC		HAUTEUR MOYENNE
Long bow		68" à 71"
Recurve	Chasse	58"
	Cible	64" à 70"
Compound		44"

Définition : la hauteur de l'arc est la distance de poupée à poupée en suivant la courbure des branches .

La mesure est exprimée en pouce : un pouce = symbole " = 2,54 cm.

Tableau des hauteurs d'arc recurve pour Tir sur cible selon votre allonge

ALLONGE	HAUTEUR
75 cm et +	70"
72,5 à 75 cm	68" - 70"
68,5 à 72,5 cm	68"
66 à 68,5 cm	66"
66 à 63 cm	64" - 65"
au-dessous de 63 cm	63"

Arc long

Avantages :

- sa stabilité ;
- sa souplesse ;
- son meilleur groupage.

Désavantages :

- arc plus lent ;
- il est moins efficace aux longues distances.

Arc court

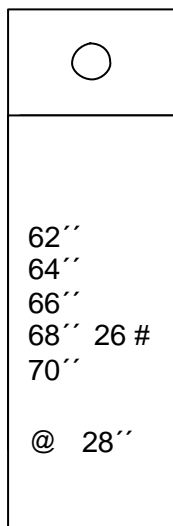
Avantages :

- sa rapidité ;
- sa trajectoire de flèche plus tendue ;
- bon comportement sur les longues distances.

Désavantages :

- son instabilité ;
- moins grande souplesse.

5e choix : La puissance de l'arc.



La puissance est indiquée en livre anglaise.

1 livre, symbole # est égale à 453,6g.

Elle est établie en fonction d'une allonge de 28 pouces (71cm) du bord antérieur du corps d'arc, ou 26 pouces $\frac{1}{4}$ à partir du repose flèches.

Les indications sur la hauteur, la puissance sont inscrites sur la branche du bas et à l'intérieur.

L'exemple proposé à gauche :

68'' hauteur de l'arc de 68 pouces

26# puissance de 26 livres

@ 28'' à 28 pouces d'allonge (71cm)

Si vous avez une allonge inférieure à 28'' la puissance sera inférieure à 26 #.
Si vous avez une allonge supérieure à 28'' la puissance sera supérieure à 26 #.

4 points essentiels

Le choix de votre puissance d'arc dépend de ces 4 points :

- 1 - votre sexe et votre âge ;
- 2 - votre allonge ;
- 3 - votre niveau de technique ;
- 4 - votre nombre d'heures d'entraînement par semaine.

AGES	HOMMES	FEMMES
-12ans	10 à 15#	10 à 15#
12 à 15 ans	15 à 20 #	15 à 20#
15 à 18 ans	20 à 25#	20 à 25 #
adultes	20 à 30 #	20 à 25 #
+ 60 ans	20 à 25#	20 à 23 #

Arc fort

Avantages : - plus grande précision ;
- flèche plus rapide ;
- possibilité de tirer avec précision à des distances plus longues.

Désavantages : - demande une bonne condition physique ;
- avoir une technique répétitive ;
- fatigue plus rapide.

Arc faible

Avantages : - idéal pour acquérir une bonne technique ;
- bon pour les débutants ;
- moins de fatigue.

Désavantages : - flèche moins rapide ;
- avoir une technique répétitive ;
- moins efficace pour les longues distances.

Nota

Le choix de la puissance est un facteur essentiel dans l'achat d'un arc.

Ne pas surestimez pas votre niveau et votre force.

Un arc trop fort vous amènera à faire beaucoup plus d'erreurs, votre technique se dégradera, ainsi que votre confiance.

Un arc faible vous permettra de dominer votre arc, et à vous améliorer dans votre technique.