



Christian, Rémy, Marie-Claude et José en position de tir, bien calés grâce à leur potence.

Le tir à l'arc

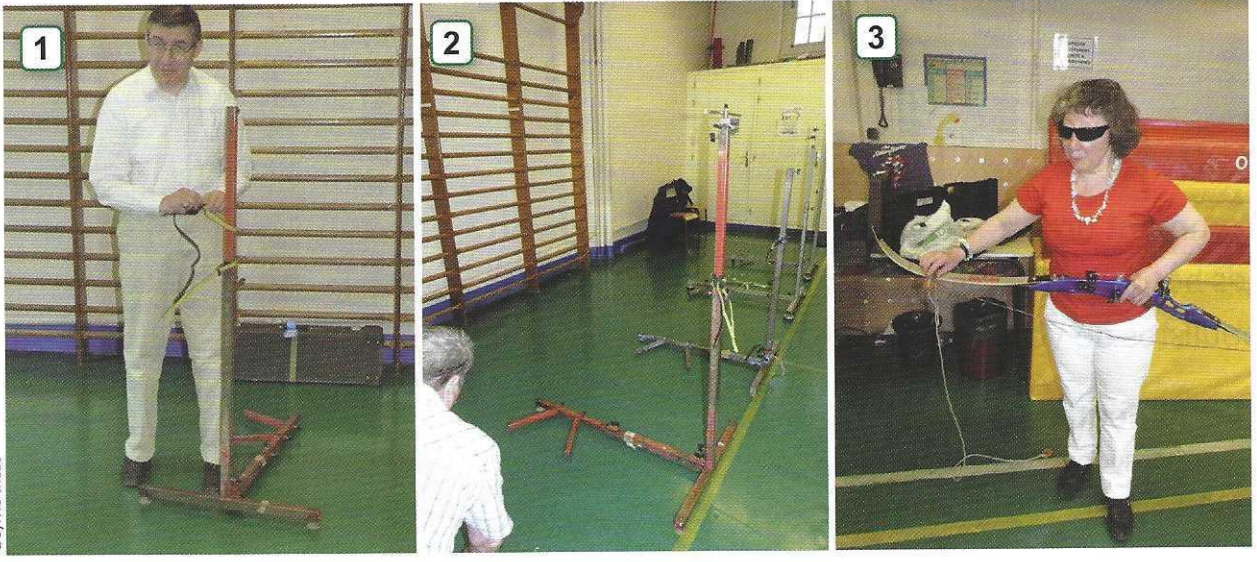
Les archers de Céci-Arc présents à l'entraînement (Marie-Claude, Rémy, José, Gilles, Christian et Colette) se sont prêtés au jeu pour nous présenter leur sport : matériel, techniques de visée, ils ont tout révélé. Suivez le guide...

« L'association Céci-Arc a été créée en octobre 1989 afin de permettre aux personnes non voyantes ou malvoyantes de pratiquer une activité sportive. Elle participe à toute initiative propre à la formation physique ou morale de la jeunesse et à la promotion de la pratique du tir à l'arc, dans le respect de la tradition de l'archerie. » (Tiré du site Internet de Céci-Arc). Cette association est affiliée à la Fédération française handisport et à Voir Ensemble.

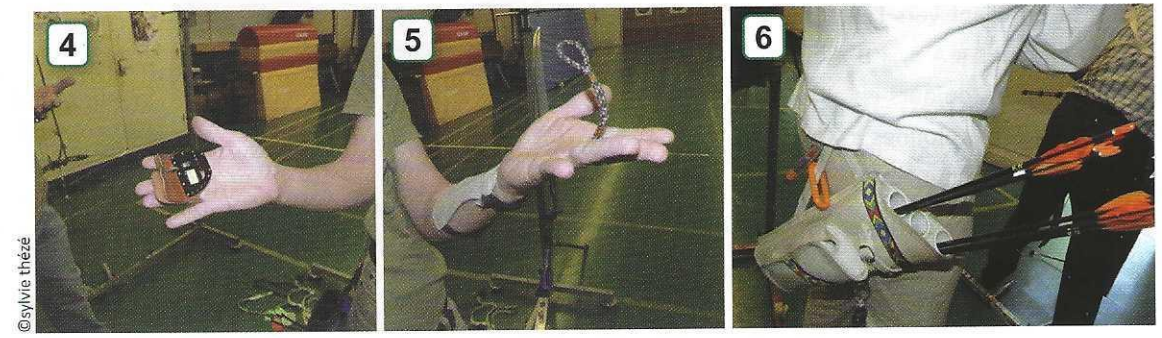
Les archers handicapés visuels utilisent le même matériel que les valides, seule la technique de visée est différente. Deux systèmes existent : la visée « dactyle », les archers disposent d'une potence personnalisée avec un calage des pieds au sol et un mât sur lequel est fixé un point de contact dactyle (voir photos), ou la visée sonore, système appelé Iris (image remplacée par indication sonore), mis au point par Grenoble Handisport. Un émetteur infrarouge est placé sous la cible et un récepteur de visée est fixé sur la poignée de l'arc. Le système infrarouge est converti en signal sonore, du plus grave au plus aigu selon qu'on s'éloigne de la cible, ce qui permet à l'archer d'orienter son tir par rapport au centre de la cible. L'entraîneur indique ses impacts à l'archer. Ce système est plus ou moins abandonné, car trop sensible aux interférences.

Pour être un bon archer, il faut de la concentration, la maîtrise de soi et une bonne représentation spatio-temporelle.

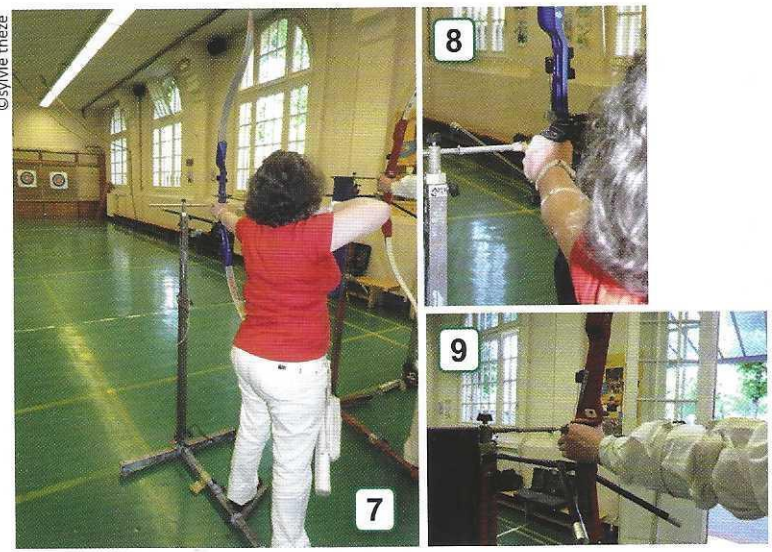
Un équipement et une technique adaptés au handicap visuel



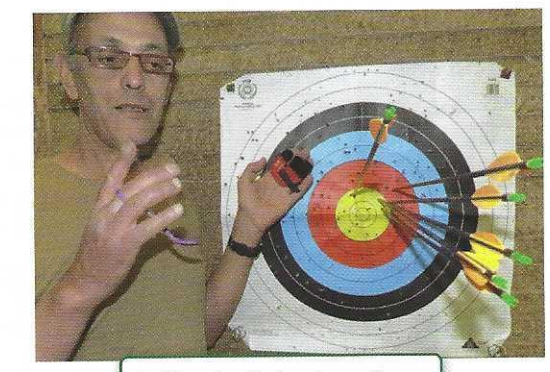
Installation et réglage des potences (photos 1 et 2), que les archers transportent démontées dans un sac, et préparation de l'arc (photo 3). En tournoi, on retrouve les trois catégories habituelles (B1, B2, B3), séparées en moins ou plus de 16 ans. Pour aider les archers, un entraîneur ou un annonceur, placé un mètre derrière le tireur, indique le nombre de points et l'emplacement de la flèche (5 points à 10 heures, par exemple).



La palette (photo 4) permet de tirer sur la corde de l'arc sans avoir mal aux doigts. La dragonne (photo 5) améliore la stabilité de la prise en main de l'arc. Le carquois (photo 6) contient trois fois trois flèches. A l'extérieur, la cible est placée à 30 mètres et l'archer doit lâcher six flèches en quatre minutes, à l'intérieur, elle est à 18 mètres et il faut envoyer trois flèches en deux minutes.



Les pieds sont calés dans les repères au sol (photo 7) et la main doit toucher le repère en haut de la potence et non reposer dessus (photos 8 et 9). Colette (au centre de la photo 10) est voyante. Son rôle est d'aider l'archer non voyant en lui indiquant l'endroit où ses flèches ont été tirées. Elle récupère les flèches après le tir, car l'archer aveugle ou sous bandeau ne se déplace pas pour ne pas risquer de dérégler sa potence en la heurtant.



Robin des bois n'a qu'à bien se tenir : un beau tir groupé de Gilles.