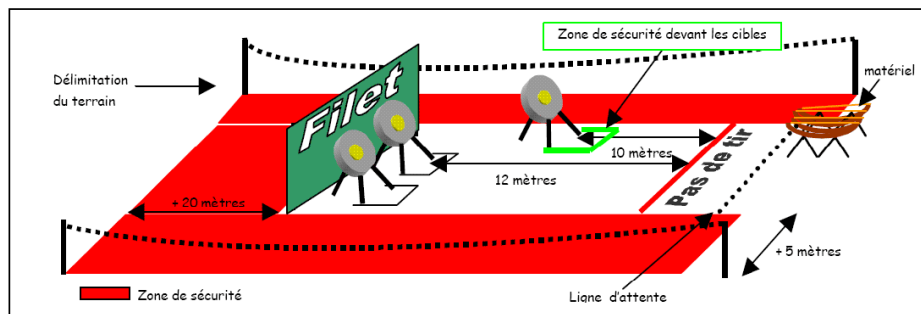


Consignes pour préparer sa séance de tir à l'arc

Instructions for preparing the archery session

Organisation du pas de tir :

Organization of the firing point:



Trouver l'œil qui vous permet de viser :

Find the eye that lets you aim :

Voici un test simple de l'œil directeur pour déterminer quel est votre œil préférentiel :
Here's a simple test to determine which eye you prefer :

Tendez vos bras devant vous et créez une ouverture triangulaire entre vos pouces et vos index en plaçant vos mains ensemble, à un angle de 45 degrés.

Hold your arms out in front of you and create a triangular opening between your thumbs and index fingers by placing your hands together at a 45-degree angle.

En gardant les deux yeux ouverts, placez au centre de cette ouverture triangulaire un objet distant — par exemple une horloge murale ou une poignée de porte.
Keeping both eyes open, place a distant object in the centre of this triangular opening - a wall clock or door handle, for example.



Fermez l'œil gauche. *Close your left eye.*

Si l'objet reste centré, votre œil droit (celui qui est ouvert) est votre œil directeur. Si l'objet n'est plus encadré par vos mains, votre œil gauche est votre œil directeur.

If the object remains centred, your right eye (the one that is open) is your directing eye. If the object is no longer framed by your hands, your left eye is your directing eye.

Vincent FAUGEROUX

79 Rue Robert Gaillard 86100

Châtelleraut

Mobile : **06 63 06 47 22**

Email : vincent@tiralarc.fr

Site internet : <http://www.tiralarc.fr>

Entreprise individuelle

Siret n° 429 198740 00020

Naf : 8551Z

N° de déclaration d'Etablissement Sportif

Jeunesse et Sport : 08606ET028

TIR À L'ARC




www.tiralarc.fr

Utilisation du matériels de tir à l'arc et consignes de sécurité :

Use of archery equipment and safety instructions:

Utilisation des arcs et flèches :

Use of bows and arrows :

<p>Pour tenir l'arc : avec la main d'arc cacher la gommette qui matérialise le grip. <i>To hold the bow: with the bow hand hide the sticker that materializes the grip.</i></p>		
<p>Placer la flèche : entre les 2 bagues dorées (nockset) il faut entendre un clic. La plume jaune se place vers le bras qui tient l'arc. Poser la flèche sur le repose flèche. <i>Place the arrow: between the 2 golden rings (nockset) you must hear a click. The yellow feather is placed towards the arm that holds the bow.</i> <i>Place the arrow on the arrow support.</i></p>		
<p>La main qui tient la corde se place sur la protection des doigts bleu (noglov), avec 3 doigts (index-majeur-annulaire). <i>The hand holding the rope is placed on the protection of the blue fingers (noglov), with 3 fingers (index-major-ring).</i></p>		
<p>Viser la cible en alignant l'encoche de la flèche et sa pointe au centre de la cible. Lâcher la corde quand vous avez le bon alignement. <i>Aim at the target by aligning the arrow notch and its point to the center of the target. Release the rope when you have the correct alignment.</i></p>		

Au pas de tir :

At the firing point :

- Les archers doivent toujours former une ligne droite. Les pieds doivent être en permanence de chaque côté de la ligne de tir lorsque l'archer tire ses flèches.
Archers must always form a straight line. The feet must be permanently on each side of the line of fire when the archer shoots his arrows.

Vincent FAUGEROUX
79 Rue Robert Gaillard 86100
Châtelleraut
Mobile : **06 63 06 47 22**
Email : vincent@tiralarc.fr

Site internet : <http://www.tiralarc.fr>
Entreprise individuelle
Siret n° 429 198740 00020
Naf : 8551Z
N° de déclaration d'Etablissement Sportif
Jeunesse et Sport : 08606ET028

TIR À L'ARC

www.tiralarc.fr

- Placer la flèche en direction de cible, ne jamais viser quelqu'un avec son arc avec ou sans flèche.
Place the arrow in the direction of a target, never aim at someone with their bow with or without an arrow.
- Toujours se trouver derrière la ligne d'attente lorsqu'un archer tire.
Always stand behind the line when a archer shoots.
- Les tirs reprennent lorsque tout le monde est de retour sur la ligne de tir.
Shots resume when everyone is back on the line of fire.
- Ne jamais tirer verticalement une flèche.
Never shoot an arrow vertically.
- Ne jamais franchir la ligne de tir lorsque les archers sont en action de tir
Never cross the line of fire when archers are in action
- Attendre que tout le monde ait fini de tirer pour aller chercher les flèches
Wait until everyone has finished shooting for arrows

À la cible :

To the target :

- On marche pour aller chercher les flèches et **on se place sur le côté de la cible.**
*Walk to get the arrows and **stand on the side of the target.***
- **Ramasser les flèches sur la cible en premier** puis quand il n'y plus de flèche sur la cible ramasser celle qui sont par terre.
***Pick up the arrows on the target first** and then when there are no more arrows on the target pick up the ones on the ground.*
- **Rester sur le côté de la cible lorsqu'un archer retire les flèches.**
Stay on the side of the target when an archer removes the arrows.

Vincent FAUGEROUX
79 Rue Robert Gaillard 86100
Châtelleraut
Mobile : **06 63 06 47 22**
Email : vincent@tiralarc.fr

Site internet : <http://www.tiralarc.fr>
Entreprise individuelle
Siret n° 429 198740 00020
Naf : 8551Z
N° de déclaration d'Etablissement Sportif
Jeunesse et Sport : 08606ET028

TIR À L'ARC

www.tiralarc.fr