

Le
TIR
SUR
CIBLE

Règle du tir

SEQUENCE DU TIR

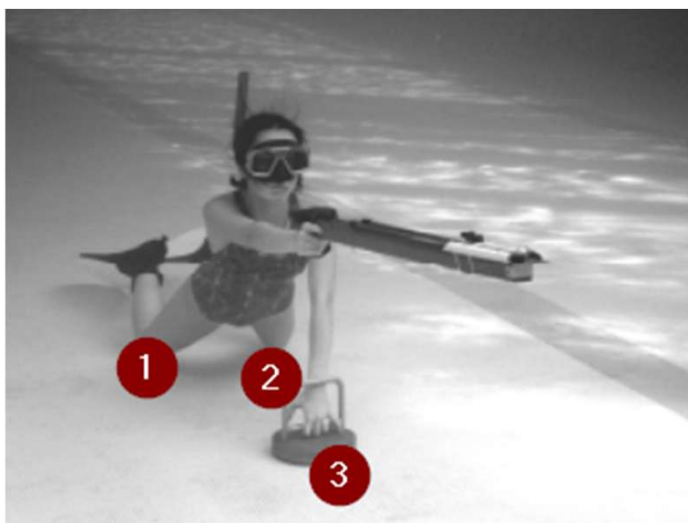
Pour tirer et atteindre une cible avec précision à chaque coup, il convient de coordonner les éléments techniques suivants qui composent la séquence de tir :

1. **La position,**
2. **La visée,**
3. **Le lâcher,**
4. **La tenue de l'arme,**
5. **L'annonce**

Il est évident que dans le cas du tir subaquatique, l'apnée se fait dès le début de l'action lors de l'immersion et que ce paramètre n'entre plus en ligne de compte dans la séquence de tir.

C'est à partir des éléments de cette séquence que nous allons évoquer succinctement la technique de base.

LA POSITION



La position

La position sur la gueuse doit être rigoureusement identique à chaque tir et Le plus stable possible avec le plus d'appuis possibles sur le fond du bassin (trois points d'appui minimum) pour limiter les écarts.

Il n'existe pas de position universelle, mais chaque tireur doit déterminer la position qui lui convient en fonction de ses particularités physiques.

La position doit être :

- **Stable**, et
- **Reproductible**

LA VISEE

Bien verrouiller :

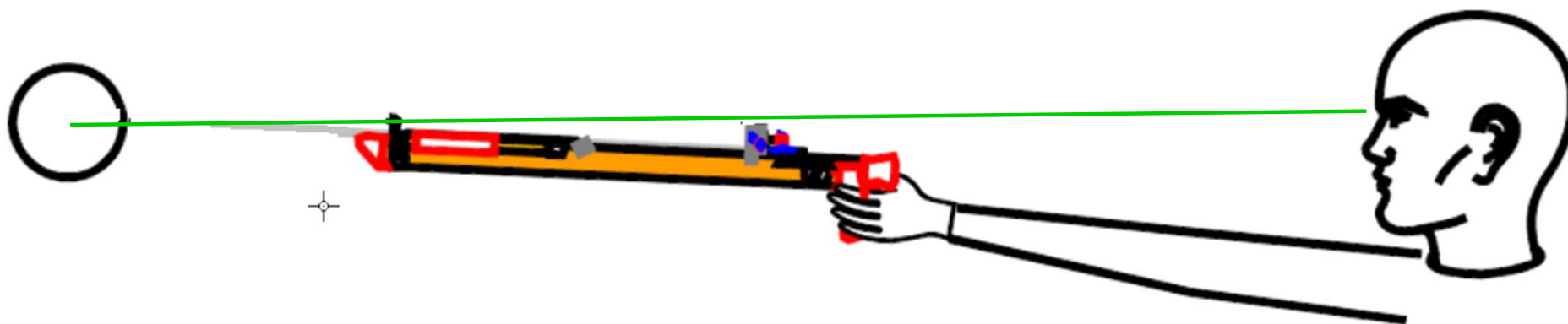
le bras,

le coude et

le poignet

ainsi le recul sera absorbé par l'épaule.

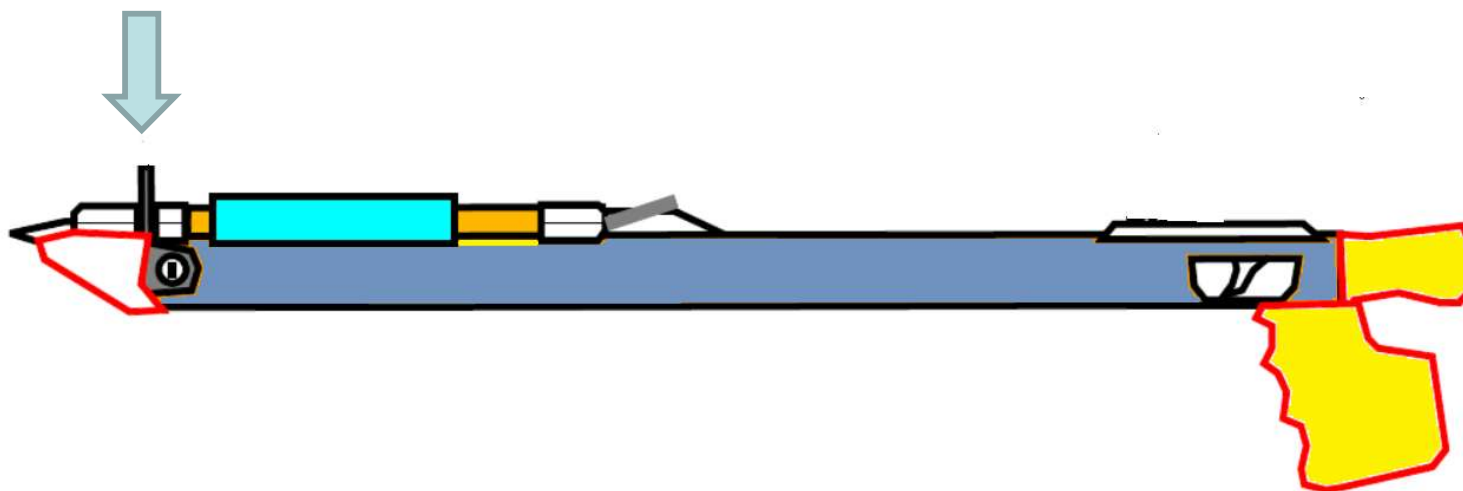
De plus, l'oeil sera toujours à la même distance des organes de visé.



LA VISEE

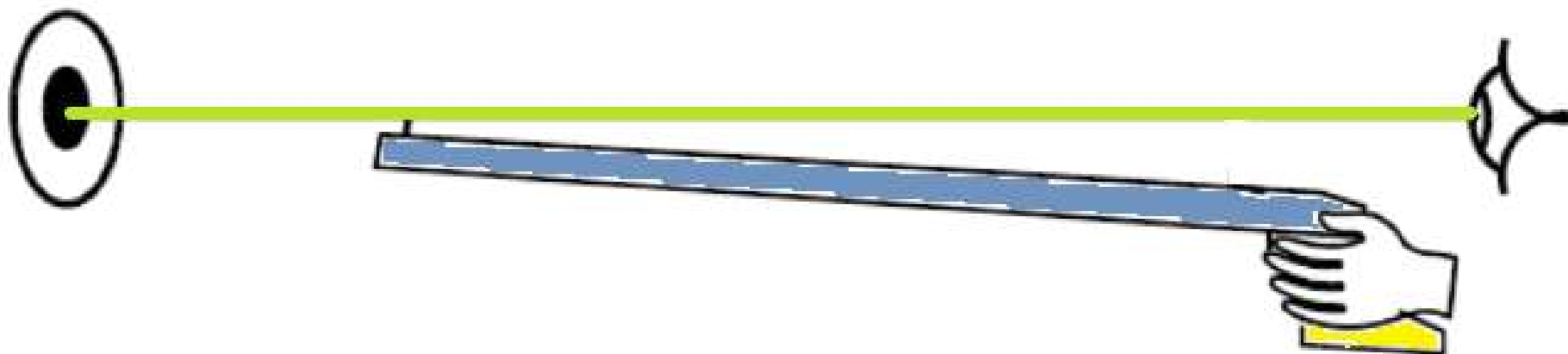
Les organes de l'arme permettant la visée sont :

Le guidon ou tête (placé à l'extrémité avant du fût) !



LA LIGNE DE VISEE

Droite théorique allant de l'œil du tireur au point visé en passant par les instruments de visée.



Au niveau de la vision, un œil domine l'autre : **c'est l'œil directeur.**

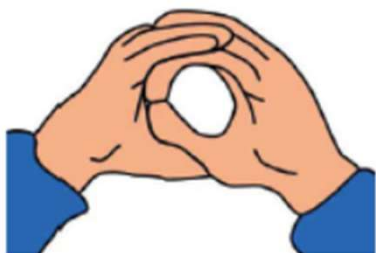
L'ŒIL DIRECTEUR

Pour définir l'œil directeur voici une méthode :

1. Pointez un doigt, les deux yeux ouverts, sur une cible et fermez successivement un œil puis l'autre.
2. L'œil appelé directeur est celui qui laisse votre doigt pointé sur la cible.

Il peut arriver qu'un droitier ait l'œil gauche directeur et inversement !

Autre méthode :



1. former un cercle bras tendu et visée un point bras tendu.
2. Ramené ce cercle en centrant le cercle jusqu'à toucher le nez.
3. Fermez un œil, puis l'autre.

Votre œil directeur est celui qui vous fournit toujours l'image de départ, sans déplacer le rond !

L'accommodation

L'œil humain possède de nombreuses facultés ; mais, il ne sait pas voir simultanément net de près et de loin.

Pour s'en convaincre, il suffit de pointer le doigt sur la cible et de voir avec netteté, d'abord le doigt, puis la cible et ensuite essayer de voir net les deux à la fois.

C'est impossible !

Puisqu'il faut, pour viser, aligner plusieurs éléments situés à différentes distances, le tireur devra faire un choix.

Il s'efforcera de voir toujours le guidon net.

Il est impératif d'admettre la notion selon laquelle on peut atteindre avec précision une cible aux contours flous lorsqu'on voit des instruments de visée nets et alignés.

En effet, un léger écart par rapport au visuel, de l'ensemble des instruments de visée bien alignés entre eux, se traduira par un faible écart en cible.

Par contre, un alignement imprécis des instruments de visée se traduira par un écart très important en cible.

Il est donc nécessaire de voir les instruments de visée nets afin de les aligner le mieux possible.

Visée Ouverte/Fermée



Visée ouverte



Visée fermée

La visée avec cran de mire est dite ouverte, celle avec œilleton est dite fermée.

Vous êtes dans le cas de la visée ouverte !

LE LACHER

Le « lâcher » désigne l'action du doigt sur la queue de détente qui a pour but de provoquer le départ du projectile.

C'est une phase déterminante de la séquence de tir : un bon lâcher laisse l'arme stable au départ du coup ou n'amplifie pas ses mouvements si elle bouge légèrement. Dans le cas contraire on parle de « coup de doigt ».

Ce défaut, courant au stade de l'initiation, est très limitant dans la progression du tireur.

Sans un bon lâcher, on ne peut pas bien tirer.

LE LACHER (suite 1)

Position du doigt sur la queue de détente :

La maîtrise de la pression exercée par l'index sur la queue de détente s'opère par l'intermédiaire des sensations ressenties au niveau de la surface d'appui de l'index.

La partie la plus sensible de l'index se situe au niveau de la pulpe de la dernière phalange(ou phalangette).

C'est cette partie qui doit être au contact de la queue de détente.
La position de l'index peut varier légèrement en fonction du type d'arme utilisé et surtout du poids de détente de l'arme.

LE LACHER (Suite 2)

Caractéristiques d'un bon lâcher :

Le lâcher doit être volontaire, progressif et contrôlé.

Volontaire,

car il est bien évident qu'il faut entreprendre une action de pression sur la queue de détente.

Progressif,

car le lâcher s'accommode mal « d'à-coups » qui risqueraient d'engendrer un dépassement brutal de la pression limite à exercer avant le décrochage de la gâchette et parallèlement un déplacement de l'arbalète ou un dépointage de l'arme.

Contrôlé,

car il faut être capable à tout instant de relâcher légèrement la pression ou de l'augmenter selon la situation.

LA TENUE DE L'ARME

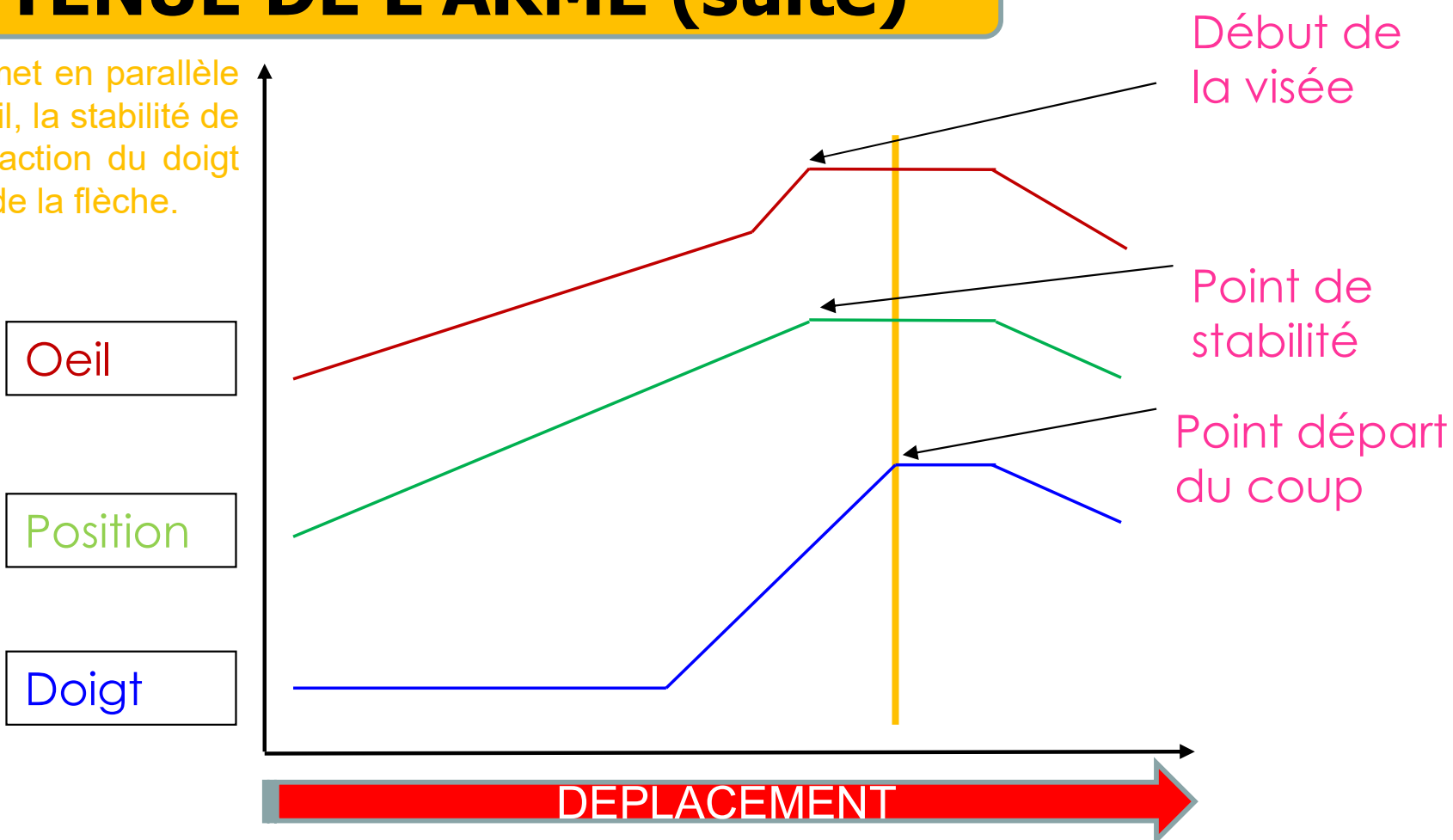
C'est la prolongation, au-delà du départ du coup, de toutes les actions qui en sont à l'origine (position, visée, lâcher).

Vu de l'extérieur, cela se traduit par une persistance en position du tireur après le départ de la flèche.

Tout doit se passer comme si un deuxième projectile partait dans ce laps de temps.

LA TENUE DE L'ARME (suite)

Ce graphique met en parallèle le travail de l'œil, la stabilité de la position et l'action du doigt avec le départ de la flèche.



Dans le cas du **tir dynamique** la séquence reste la même la seule différence se faisant au niveau de la position qui n'est plus statique mais dynamique la stabilité est obtenu par un arrêt du palmage ou plus exactement par un arrêt de tout mouvement.

L'ANNONCE

C'est l'analyse au moment précis du départ du coup, de la visée, du lâcher, de la stabilité et du contrôle neuromusculaire.

Une bonne annonce est une annonce qui permet de répondre correctement aux questions suivantes :

- Comment étaient mes instruments de visée l'un par rapport à l'autre et par rapport au visuel ?
- Comment était mon lâcher ?
- Comment était ma stabilité ?

Cette analyse bien conduite détermine la localisation du coup tiré.

Une flèche annoncée dans la certitude que tout était parfait se dit « bien partie » ce qui ne signifie pas que ce soit un 570 si l'arbalète n'est pas encore réglée à la vue du tireur.

C'est à partir de ces départs annoncés « bien partis » que s'effectue le réglage de l'arme. On appelle « point moyen », le milieu d'un ensemble d'impacts.

Un point moyen précis se fait au minimum sur trois impacts de flèches annoncées « bien parties ».

LE REGLAGE

Le principe est simple :

On déplace la hausse (œilleton) dans le sens ou l'on veut faire porter son tir.

LES ERREURS DE VISEE - ANGULAIRE



Elle consiste à décaler le guidon par rapport à la hausse. L'écart en cible sera important car égal à l'erreur angulaire multipliée par le rapport distance de tir / ligne de mire.



Une erreur angulaire de 1 mm du guidon pour un pistolet 10 mètres produit un écart en cible de près de 4 centimètres !

L'erreur angulaire peut se produire parce que le tireur ne voit pas nettement ses instruments de visée.

LES ERREURS DE VISEE - PARALLELE



C'est lorsque le guidon et la hausse sont bien positionnés l'un par rapport à l'autre mais décentrés par rapport au visuel.

Les conséquences d'une erreur de visée parallèle sont moins grandes que celles d'une erreur de visée angulaire dont les effets sont multiplicateurs.

LIAISON VISEE - LACHER

Bien souvent le tireur débutant commet l'erreur de commencer par viser puis quand les instruments sont nets et que la mouche semble assurée, d'appuyer à ce moment là sur la queue de détente pour provoquer le départ du coup.

Conséquences :

L'œil (gros consommateur d'oxygène pendant la focalisation) fatigue et au départ du coup ne voit plus nettement les instruments de visée et c'est une erreur de visée angulaire à presque tout les coups.

Sans parler de la précipitation de l'action du doigt sur la queue de détente pour essayer d'assurer un tir qui semble juste (et coup de doigt de rigueur).

Il est absolument nécessaire d'assimiler la notion que :

1. c'est le doigt qui commence en premier son action sur la queue de détente et enfin (après un décalage quelques secondes),
2. l'œil quitte la cible pour se concentrer sur les instruments de visée.
3. Le départ du coup doit coïncider avec la fin de l'action du doigt qui vient de provoquer le lâcher et avec une vision nette et calée des instruments de visée.

On dit qu'un bon départ doit surprendre le tireur !

LA CONTRE VISEE

Quand pour une raison X ou Y vous ne tirez pas où vous visez et que vous n'avez pas la possibilité de modifier les réglages de vos organes de visée, vous déplacez votre repère cible dans le sens ou vous voulez envoyer votre tir.

On appelle cela « contre visée ».

Par exemple :

Tous mes tirs arrivent dans le bas du visuel alors je vise non plus le centre ; mais, le haut du visuel.

CONCLUSIONS

Votre progression sera d'autant plus aisée, qu'à vos débuts à l'entraînement, en position bien calée, vous aurez bien assimilé les principes de bases de la visée, du lâcher et du réglage de l'arme.

Ensuite lorsque vous tirerez en position dynamique ou statique, les acquis précédemment décrits vous permettront de pratiquer en toute sérénité vos disciplines de tir.

Au début vous allez peut-être disperser vos impacts en cible, puis vous ferez de moins en moins d'écarts et ensuite vous améliorerez vos groupements.

Le tir est un sport ni plus ni moins difficile que d'autres, mais les tireurs devront être exigeants et critiques sur la manière dont ils le pratiquent.

L'entraînement et rien d'autre révélera et affinera votre véritable potentiel de tireur en appliquant en toute simplicité les quelques éléments techniques que nous vous avons présentés



Et maintenant
bonnes bulles !