

# Les Archers Laval Ouest

## Guide du Membre



# Table des Matières

Mots de bienvenue	Page 3
Adresse du club (intérieur)	Page 4
Adresse du club (extérieur)	Page 5
Heures d'ouvertures	Page 6
Inscriptions	Page 7
Conseil d'administration	Page 8
Instructeurs et Moniteurs	Page 10
Membres	Page 11
Premiers soins et condition médicale	Page 12
Aire de tir	Page 13
Règlements	Page 14
Étiquette	Page 16
Équipements	
Traditionnel	Page 17
Recourbé	Page 19
À poulies	Page 21
Flèches	Page 23
Équipement aditionnel	Page 24
Cibles	Page 25
Compétitions	Page 26
Évènement spéciaux	Page 27
Code d'éthique des Membres	Page 28
Glossaire	Page 30

# Bienvenue au club de tir à l'arc

## Les Archers Laval Ouest

Fondé en 1986, nous sommes un club amical à but non lucratif, dont la principale activité est la pratique du tir à l'arc. Nous accueillons les archers de tous âges, habiletés, et styles, incluant arcs recourbés, à poulies, ou traditionnels.

Ce document s'adresse surtout aux nouveaux membres pour les informer des activités du club, comment elle fonctionnent, et les personnes à qui s'adresser si vous avez des questions ou besoin de conseils.

N'oubliez pas que la pratique du tir à l'arc doit demeurer avant tout un plaisir.



# Adresse du Club (Intérieur)

Le club Les Archers Laval Ouest est situé au

Centre Accès 6500, boul. Arthur-Sauvé

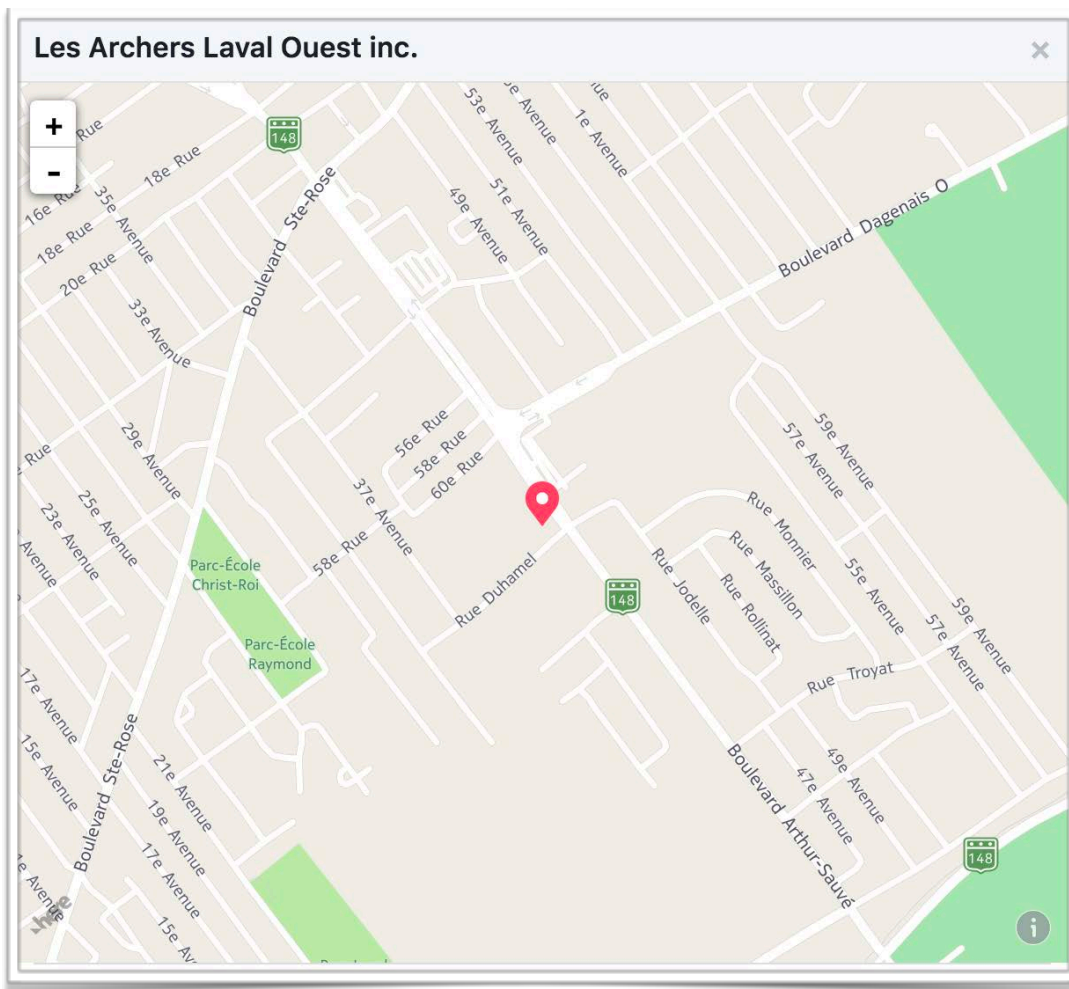
Laval, QC., H7R 3X7

Tel: (514) 755-3582

[courriel: archerslavalouest@gmail.com](mailto:archerslavalouest@gmail.com)

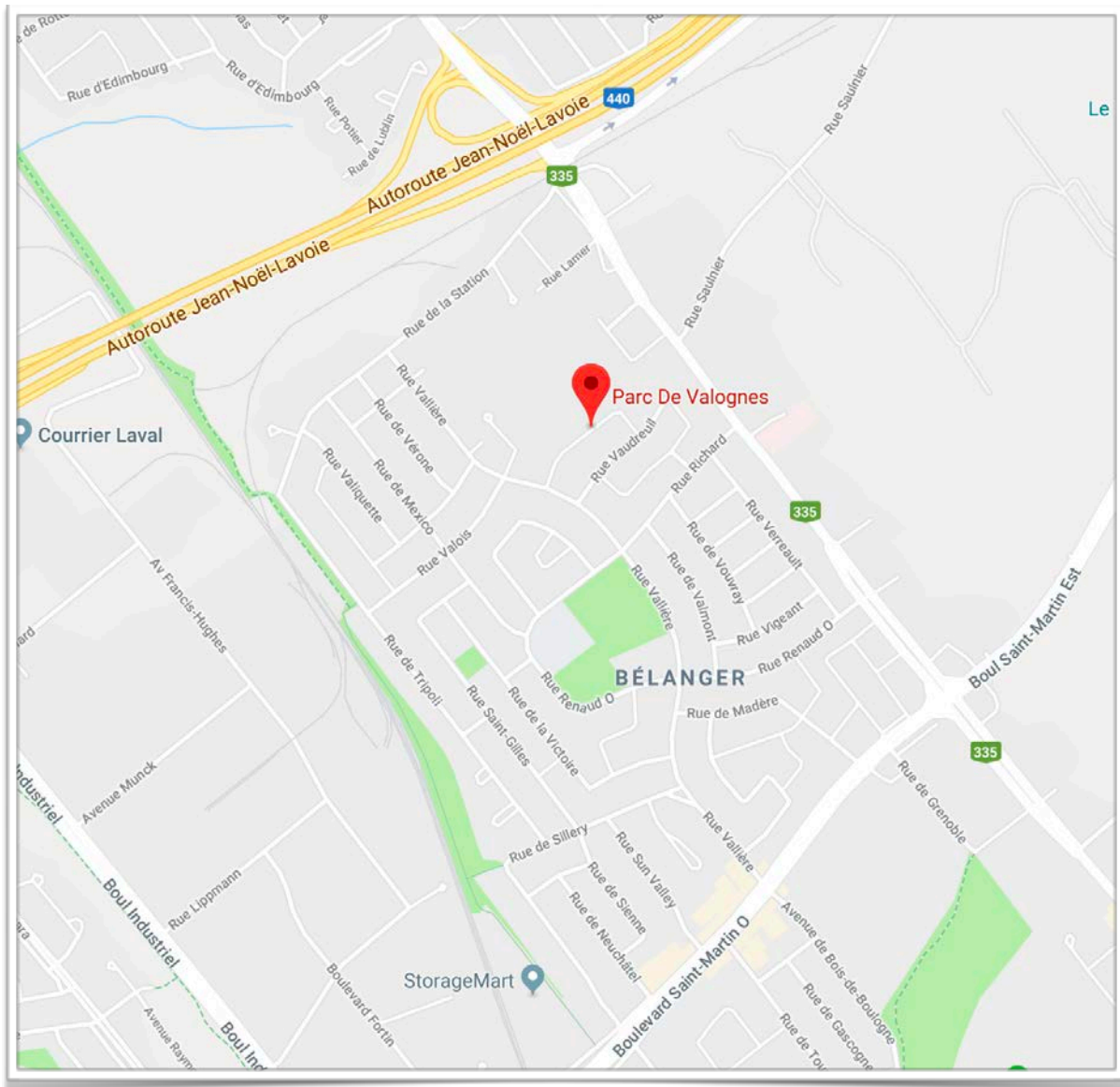
Site web: <https://lesarcherslavalouest.ca/>

Facebook: [www.facebook.com/Les-Archers-Laval-Ouest-inc-1093135850717430/](http://www.facebook.com/Les-Archers-Laval-Ouest-inc-1093135850717430/)



# Adresse du Club (Extérieur)

Le Parc de tir a l'arc Parc Lévis-Paquette,  
135, rue Valognes, Laval, QC., H7M 4A8



# Heures d'Ouvertures

## Saison Intérieure (Septembre à Mai)

### **Pour Jeunes (moins de 18 ans)**

Mardi 7:30 p.m. à 8:30 p.m.

Jeudi 7:30 p.m. à 8:30 p.m.

### **Pour Adultes (plus de 18 ans)**

Mardi 8:30 p.m. à 10:00 p.m.

Jeudi 8:30 p.m. à 10:00 p.m.

### **Pour Tous**

Dimanche 1:00 p.m. à 4:00 p.m.

## Saison Extérieure (Juin à Septembre)

### **Pour Tous**

Lundi au Vendredi 5:00 p.m. à 9:00 p.m.

Samedi et Dimanche 9:00 a.m. à 5:00 p.m.

# Inscriptions

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION - SAISON 2018-2019



TYPE D'ARC : RECOURBÉ  POULIES  TRADITIONNEL   
 STAT T.A.Q. : TIREUR 3D  CHASSE  ARBALÈTE

**SVP ÉCRIRE LISIBLEMENT**

NOM DU MEMBRE : _____	
NOM DU PARENT/TUTEUR DANS LE CAS D'UN ENFANT MINEUR : _____	
ADRESSE : _____	
VILLE : _____	PROVINCE : _____
CODE POSTAL : _____	TÉLÉPHONE : _____
ADRESSE COURRIEL (obligatoire) : _____	
DATE DE NAISSANCE : _____ JJ / MM / AAAA	# AVANTAGES LAVAL : _____ # CARTE DE T.A.Q. : _____

### INSCRIPTION FAMILIALE

	NOMS	DATES DE NAISSANCE	# AVANTAGES LAVAL	# CARTES T.A.Q.
1				
2				

### TARIFICATION ET PAIEMENT - \*\*SECTION À ÊTRE COMPLÉTÉE PAR LES ARCHERS LAVAL OUEST\*\*

TARIFICATION POUR LA SAISON – Du 11 septembre 2018 Au 10 septembre, 2019				
	TARIF		NON-RÉSIDENT LAVAL	TOTAL
	Loisir	compétition		
JEUNE (9 à 17 ans)	<input type="checkbox"/> 110\$	<input type="checkbox"/> 145\$	<input type="checkbox"/> + 25 \$	\$
ADULTE (18 à 64 ans)	<input type="checkbox"/> 160\$	<input type="checkbox"/> 195\$	<input type="checkbox"/> + 25 \$	\$
ÂGE D'OR (65 ans et +)	<input type="checkbox"/> 110\$	<input type="checkbox"/> 145\$	<input type="checkbox"/> + 25 \$	\$
FAMILIAL (1 ad. + 2 enf. ou 2 ad. + 1 enf.)	<input type="checkbox"/> 310\$	<input type="checkbox"/> 370\$	<input type="checkbox"/> +75\$	\$
COMPTANT: _____	CHÈQUE: _____	CRÉDIT: _____	# REÇU: _____	

# Conseil d'administration

Nous sommes un club à but non lucratif, aucun membre du conseil d'administration et aucun des instructeurs n'est rémunéré.



**Président** David Parent

---



**Vice-président** Emmanuel Hannier

---



**Trésorière** Nathalie Tremblay

---





**Directrice Intérieur** Catherine Robert

---



**Secrétaire** Jean Desforges

---



**Directrice Communication** Josiane Poulin

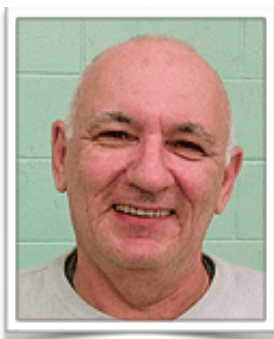
---



**Directeur Extérieur** Dave Bélanger

---

## Instructeurs et Moniteurs



Michel Olaizöla (Instructeur)

---



Gary Currie (Instructeur)

---

# Membres

Chaque membre, nouveau ou ancien est traité en égal et de façon respectueuse.

Chaque membre a les mêmes droits, peu importe son rôle dans le club, et a de surcoût, les mêmes responsabilités.

Le club ne peut fonctionner sans l'aide de bénévoles. Pas besoin d'être un archer d'expérience pour faire parti du conseil d'administration, nous apprécions toujours de nouvelles idées.

L'installation et le rangement des équipements (ballots, tables, etc.) doit être fait avant et après chaque séance de tir. L'aide des membres est grandement appréciée. SVP lorsque vous avez terminé pour la soirée, enlevez votre cible et rangez votre ballot dans la remise.

Au début de chaque séance de tir, les membres présents doivent signer le registre de présence.



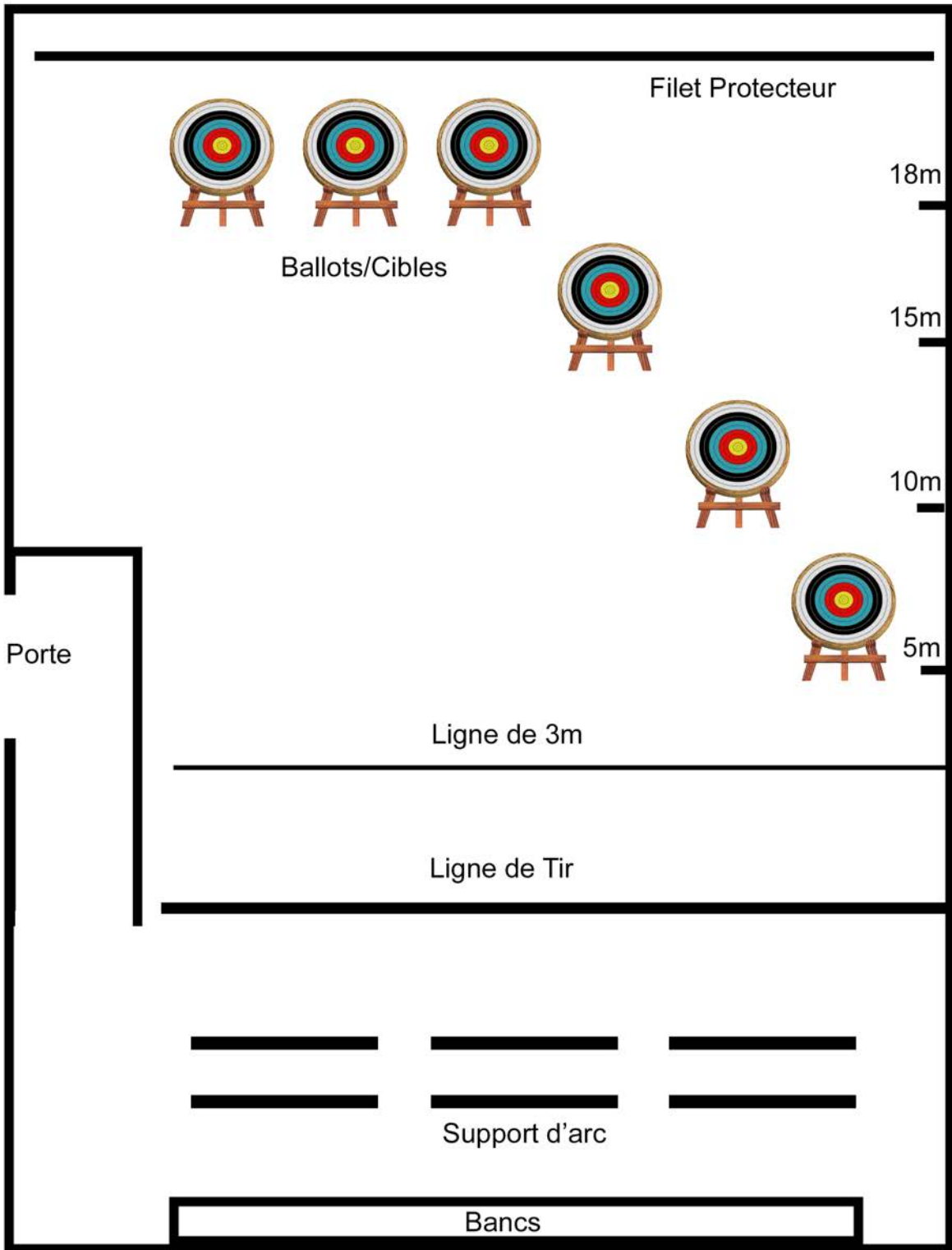
# Premiers Soins et Conditions Médicale

Une trousse de premiers soins est disponible en tout temps, tant a l'intérieur qu'à l'extérieur.

Il est important d'aviser le conseil d'administration de toute condition médicale qui pourrait vous causer un danger. Le club ne fait pas de discrimination envers une personne avec une condition médicale ou handicap, mais chaque membre est ultimement responsable de sa propre sécurité lors des sessions de tir a l'arc.



# Aire de Tir



# Règlements

La sécurité des archers et spectateurs est primordiale. La liste de règlements qui suit doit être respectée par tous et chacun sans exception. Cette liste est mise en vigueur dans la plupart des clubs de tir à l'arc du monde entier.

Il ne faut jamais pointer un arc vers quelqu'un, avec ou sans flèches.

Aucune personne ne peut se placer sur la ligne de tir tant qu'il y a encore quelqu'un entre la ligne de tir et les cibles.

Chaque archer doit respecter le Signal Sonore (sifflet)

**Deux coups:** Pour le placement des archers sur la ligne de tir.

**Un coup:** Pour le début du tir.

**Trois coups:** Pour indiquer la fin du tir et la permission de circuler vers les cibles.

**Série de coups (5 coups ou plus):** Pour la cessation immédiate du tir (danger).

S'il n'y a pas de signal sonore ou visuel (ex. lumières), les archers doivent attendre que tous les archers aient placé leurs arcs sur le support et d'un commun accord ensuite procéder vers les cibles.

Au moment de la récupération des flèches sur la cible, un seul archer à la fois doit enlever ses flèches du ballot. De plus, les autres archers doivent être placés à au moins 3 mètres du ballot.

Il ne doit pas y avoir plus de deux archers qui visent simultanément sur la même cible.

Les archers doivent utiliser la cible directement devant eux. Aucun tir "en diagonale" n'est permis.

Toute flèches tombées se trouvant devant la ligne de tir n'est récupérable qu'à la fin de la volée.

L'archer ne peut tendre son arc, avec ou sans flèche, que s'il se trouve sur la ligne de tir en direction des cibles.

Lorsque l'archer tend son arc il doit garder la flèche à l'horizontal par rapport au sol.

Une fois sa volée terminée, l'archer doit se retirer de la ligne de tir et placer son arc sur le support à arc.



Chaque archer a droit à un espace de 80 cm sur la ligne de tir. SVP respecter cette distance en gardant l'arc à la verticale lors de la mise en place de la flèche sur l'arc, l'envergure des branches pouvant gêner les tireurs les plus proches.

L'archer est responsable de son équipement. Assurez-vous que l'arc et les flèches sont en bon état. S'il y a contact entre les flèches sur la cible, assurez-vous que les flèches ne sont pas endommagées.

Ne jamais "tirer" un arc sans flèche (dry fire). Si cela arrive, demandez à un instructeur de vérifier l'arc avant de tirer de nouveau. Pour un arc à poulie, consultez un professionnel, ne pas continuer la séance de tir.

Aucune personne, sauf les archers, instructeurs, ou officiels ne peut s'approcher de la ligne de tir sans la permission des responsables.

S'assurez de porter des vêtements et souliers appropriés. Attacher les cheveux longs et enlever les colliers, ils pourraient s'accrocher dans la corde.

Les archers doivent porter un protège bras.

À l'extérieur, ne jamais tirer une flèche verticalement, il est impossible de savoir à quel endroit elle retombera.

Aucun archer ne peut tirer en étant sous l'effet de drogues ou alcool.

Aucun abus physique ou verbale ne saura être toléré.

Ne jamais oublier qu'un arc est une arme.

# Étiquette

Maintenir le silence sur la ligne de tir.

Si vous voyez que les autres archers ont déjà tiré quelques flèches, attendre la volée suivante pour débiter votre volée pour ne pas faire attendre les autres archers.

Garder son arc à l'intérieur du 80 cm qui nous appartient pour ne pas nuire aux archers à coté de vous.

Ne pas embarquer ou débarquer de la ligne lorsqu'un archer adjacent est en pleine allonge.

Respecter le tir de 3 flèches par volée. Exception pour les archers utilisant un arc traditionnel. Cependant les archers traditionnels doivent terminer leurs volées en même temps que les autres archers.

Toujours demander la permission à un archer avant de toucher à son arc ou ses flèches.

La Fédération de Tir à l'arc du Québec exige maintenant que tous les membres, instructeurs, moniteurs, administrateurs, et parents d'athlètes mineurs, signent un document intitulé "Code d'éthique pour \_\_\_\_\_". Ce document doit être signé par chaque personne impliquée lors de l'inscription.

Une copie du Code éthique pour membres se trouve à la fin de ce document.





# Équipement: l'arc

Il existe plusieurs types d'arc, ceci n'est pas une liste exhaustive.

## TRADITIONNEL

C'est le plus ancien des types d'arc. Il fut, pendant longtemps, l'arme de premier choix pour les armées de tous les pays (ou presque). Il faut noter comment les différents peuples ont adapté l'arc à leurs besoins particuliers. Il s'ensuit que l'arc variait selon les régions du monde. Parmi les types traditionnels on note entre autres les types **Longbow** et **Asiatique**.

### Le longbow

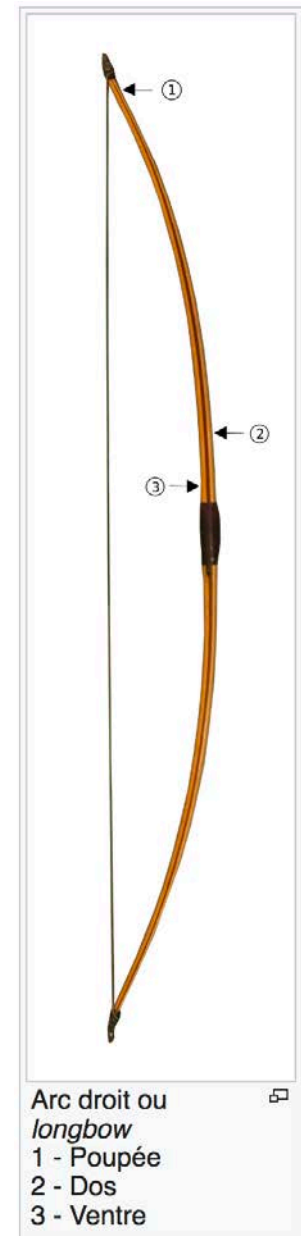
Le longbow ou arc droit est un arc typiquement Européen (surtout en Angleterre).

Traditionnellement cet arc simple était fabriqué d'une seule pièce en bois d'if. Bois que l'on pouvait trouver en abondance en Angleterre. Plusieurs autres types de bois peuvent être utilisés de nos jours tel l'orme, le frêne, le noisetier, et même le chêne.

Ce type d'arc a comme inconvénient d'être assez difficile à maîtriser et demande plus de force qu'un arc recourbé.

L'arc est en particulier réputé pour "secouer" le tireur au moment de la décoche. Il est donc recommandé de garder le bras porteur un peu plié pour absorber le "choc".

Ce type de tir demande un long entraînement, car le cerveau doit connaître parfaitement le vol parabolique d'une flèche, qui varie en fonction de l'angle initial, de la puissance de l'arc et du poids de la flèche. L'archer se concentre uniquement sur le point d'impact, l'inconscient du cerveau faisant le reste.



## Arc Composite (Asiatique)

Un arc composite est le nom générique donné à un type d'arc fabriqué à partir de matériaux disparates assemblés selon une technique semblable, commune aux différentes peuplades de certaines parties de l'Orient et Asie centrale.

Ces arcs se distinguent notamment par:

- un arc court et léger, sans fenêtre de tir ni repose-flèche
- une prise de corde avec le pouce protégé par un anneau
- une grande recourbure au niveau des branches
- une grande allonge (30 à 36 pouces), jusqu'à l'oreille parfois même jusqu'à l'épaule

La courbure (et recourbure) de ces arcs permet de générer beaucoup de puissance.

Ce type d'arc était conçu pour être utilisé non seulement à pied, mais aussi à cheval ou en charriots. Sa petite taille rendait l'arc plus facile à manipuler.



Arc Chinois



Arc Mongol

## ARC CLASSIQUE (RECOURBÉ)

L'arc recourbé est le type d'arc qui a le plus évolué au fil des temps. Il peut être construit en une seule pièce ou démontable en trois parties (la poignée et les deux branches). Ces arcs peuvent être construits à partir de matériaux simples, tel le bois, ou de matières plus dispendieuses et performantes tel l'aluminium, le carbone, et plusieurs autres.

### Avantages:

Le principal avantage de l'arc démontable, composé de différentes parties, est qu'il est facile à transporter.

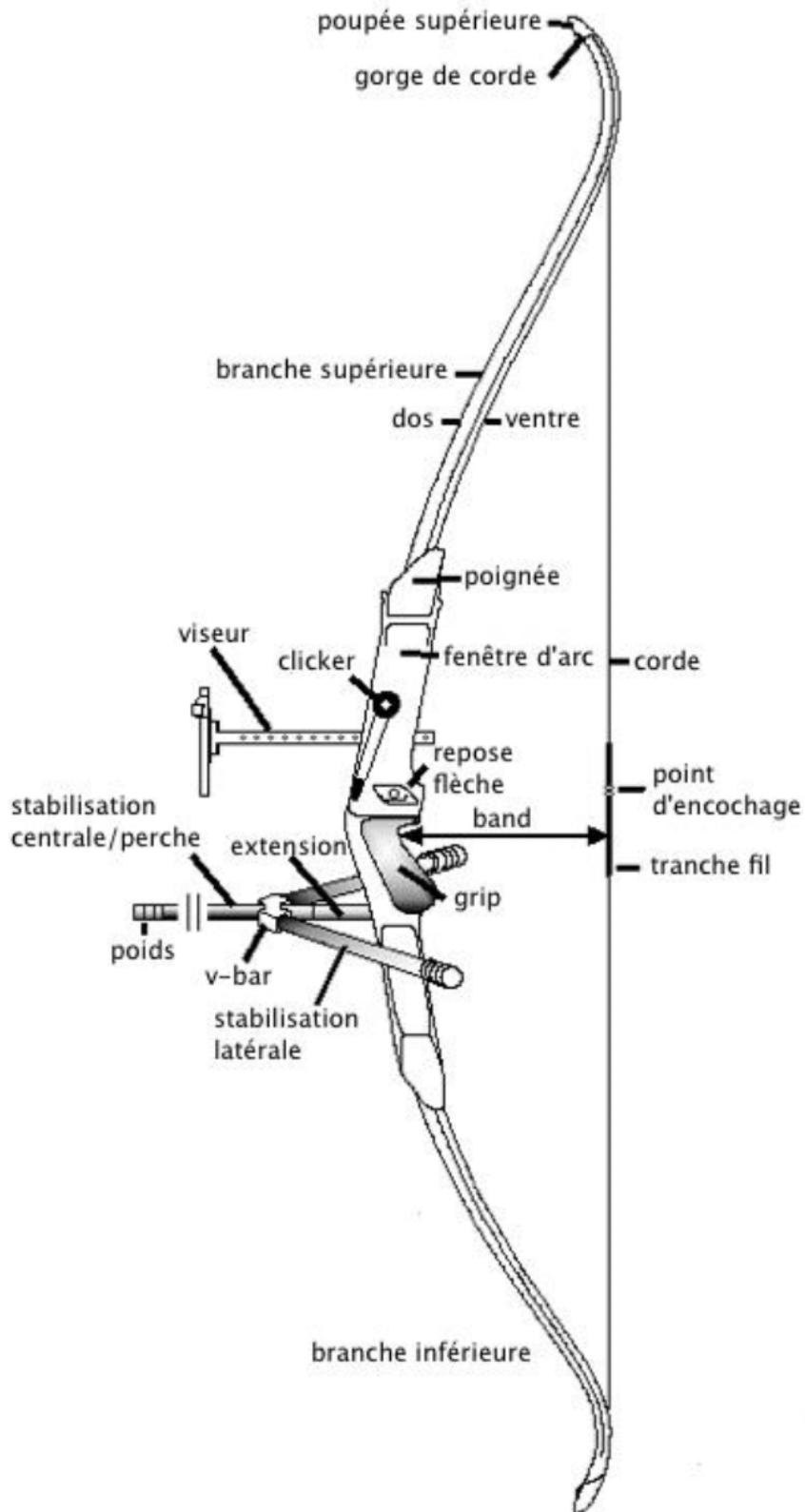
Il existe plusieurs puissances et différentes longueurs pour accommoder enfants et adultes. À mesure que la taille et la force de l'enfant croît, il est facile de changer la puissance des branches.

Chaque pièce (ou presque) peut être achetée séparément, ce qui permet à l'arc "d'évoluer" avec l'archer.

L'arc recourbé peut être utilisé "à nu" ou "*barebow*" sans viseur ou autres accessoires. Le type le plus courant est celui utilisé aux Jeux Olympiques, qui comporte des éléments améliorant la stabilité et la précision du tir (voir page suivante).

L'initiation au tir à l'arc se fait généralement avec ce type d'arc.

# ARC CLASSIQUE (RECOURBÉ)



## ARC À POULIE (COMPOUND)

Traditionnellement un arc utilisé pour la chasse, ce type d'arc utilise un système de poulies et de leviers pour diminuer la force restante lorsque l'archer est en pleine allonge. La différence entre la puissance maximale développée par l'arc et la force restante est appelée "*let off*". On trouve couramment de nos jours des arcs avec 65% et plus de let off.

Avantages:

Grâce à ses poulies placées à chaque extrémité des branches cet arc devient très puissant et rapide tout en permettant de rester beaucoup plus longtemps en visée dut au let off.

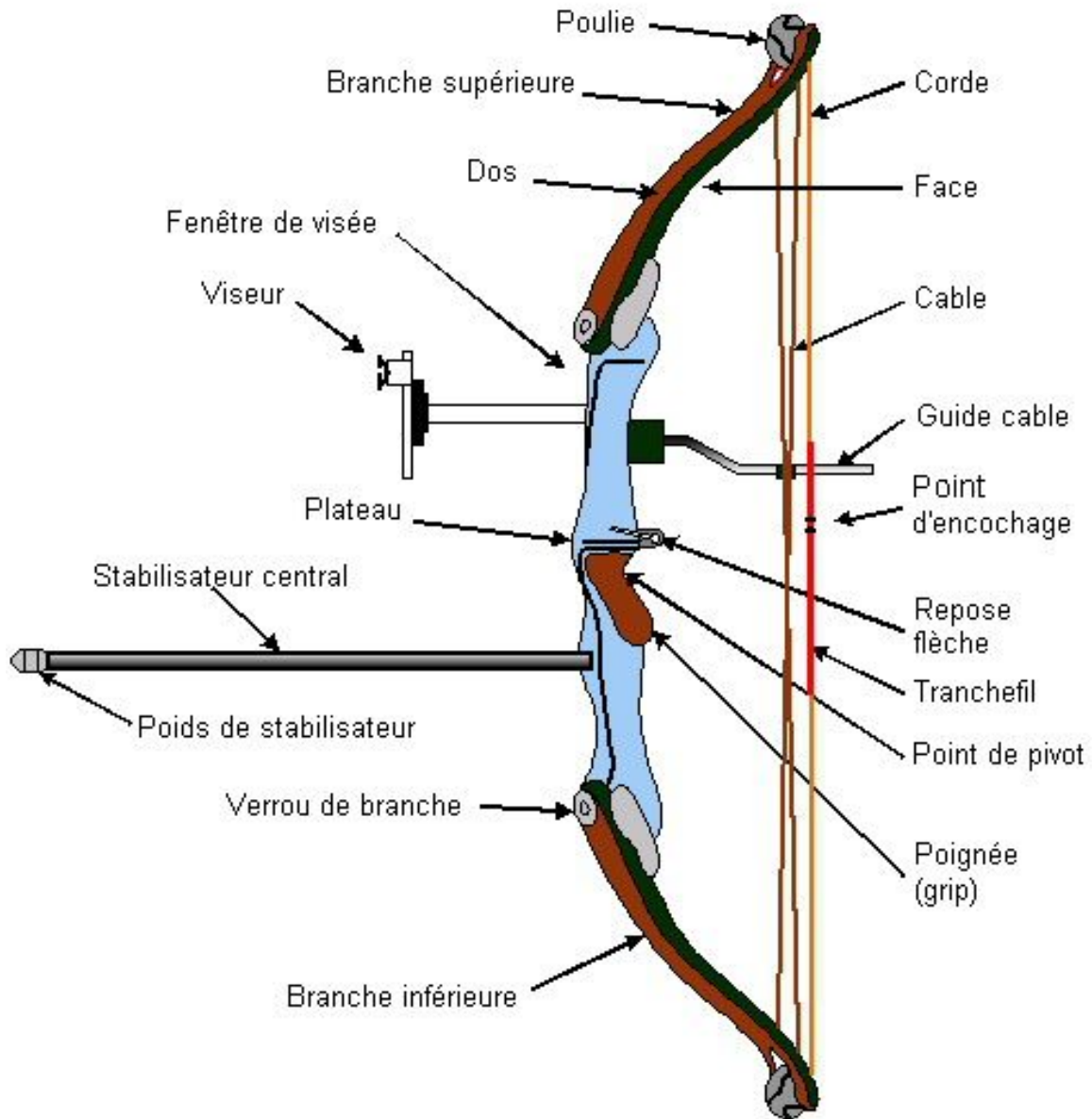
Les tireurs d'arc à poulies utilisent un moyen mécanique (un décocheur) pour aider à tenir et lâcher la corde. L'utilisation d'un décocheur permet d'avoir une décoche plus régulière que par l'action directe des doigts sur la corde.



L'utilisation d'un viseur grossissant (scope) est autorisée.



## L'ARC A POULIES - (COMPOUND)

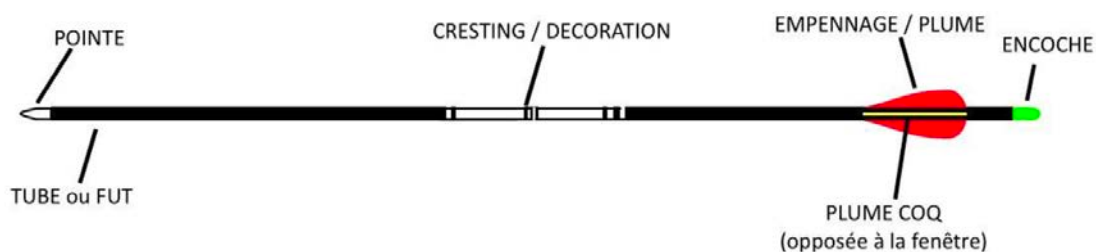


# Équipement: Les Flèches

Une flèche est une arme de tir, constituée d'un long tube ou fût muni d'une pointe à une extrémité, d'un empenage (plumes) et d'une encoche à l'autre.

Les flèches sont construites spécialement selon le modèle et la puissance de l'arc utilisé.

Les plumes, naturelles ou synthétiques, assure la stabilité de la flèche.



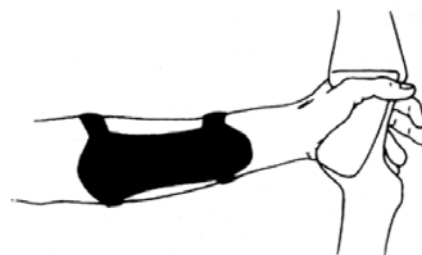
TUBES	BOIS	ALUMINIUM	CARBONNE	ALU/CARB
<b>Matériaux</b>	Cèdre.	Alliage d'aluminium avec différentes finitions.	Les différences de compositions sont particulières à chaque marque.	Tube aluminium recouvert de fibre de carbone.
<b>Avantages</b>	Écologique, traditionnel. Peu dispendieux.	Existents dans une multitude de tailles. Bas prix. Résistant.	Solides et indéformables. Légers et de faible diamètre.	Tube plus fins que les tubes en aluminium, ils offrent moins de prise au vent. Très légers et solides, ils permettent une trajectoire plus rectiligne.
<b>Utilisations</b>	Utilisé pour le tir traditionnel ou de parcours.	De par leur poids et diamètre, ils sont utilisés pour les tirs à courtes distances (salle, parcours)	Adaptés pour les tirs de longues distances.	Adaptés pour les tirs de longues distances.

# Équipements Additionnel

## LE PROTÈGE BRAS

Le port du protège bras est obligatoire.

Il sert à se protéger contre un contact accidentel de la corde de l'arc et l'avant-bras.



## LE PLASTRON

Il permet de se protéger la poitrine.

Il empêche la corde de frapper les vêtements, ce qui changerait la trajectoire de la flèche.



## LA PALETTE (FINGER TAB)

Elle protège les doigts lorsque vous tirez la corde.



## LA DRAGONNE

Lors du tir, la main porteuse doit demeurer ouverte. Serrer la poignée de l'arc peut amortir la puissance de l'arc et peut occasionner des mouvements pouvant nuire à la précision du tir.



Pour empêcher l'arc de tomber, il faut le retenir par une cordelette appelée dragonne.

## LE CARQUOIS

Sert à ranger et transporter les flèches.

Nous vous conseillons fortement de ne pas acheter d'équipement avant d'avoir consulté un des instructeurs du club.

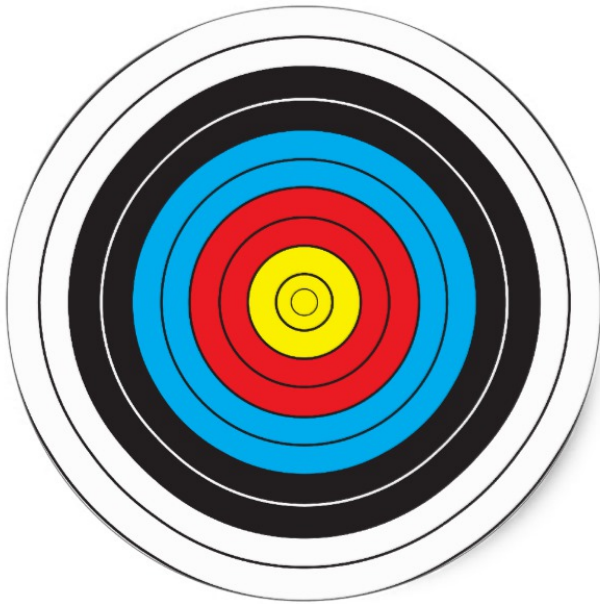




# Cibles

Les cibles varient en fonction du type de tir et la distance.

Cibles intérieure.



Pointage



# Compétitions

Plusieurs compétitions sont disponibles aux archers et ce aux niveaux régional, provincial, national, et international. Pour obtenir les dates et endroits de ces compétitions vous pouvez consulter le site web de la Fédération de Tir à l'arc du Québec au [www.ftaq.qc.ca](http://www.ftaq.qc.ca).

## Coupe du Québec

Le programme de la Coupe du Québec Jeunesse a été mis en place par Tir à l'arc Québec dans une perspective de découverte et développement de jeunes talents qui pourront représenter les régions dans le cadre des Jeux du Québec 2020 qui vont se tenir à Laval.

Chaque région est responsable de tenir ses propres compétitions régionales. Les compétitions intérieures de la Coupe du Québec (au nombres de 4) se déroulent dans la salle qu'utilise le Clubs des Archers Laval Ouest. La cinquième compétition se déroule à l'extérieur au parc Lévi-Paquette.

## Jeux du Québec

Les Jeux du Québec c'est un programme sportif multidisciplinaire qui a touché directement plus de 3 millions de personnes depuis sa création en 1970.

Les Jeux du Québec sont une compétition sportive réservée aux athlètes québécois de moins de 18 ans.

Le tir à l'arc fait partie des Jeux du Québec d'été qui ont lieu à chaque 2 ans, les années paires. Cette année les Jeux du Québec ont eut lieu à Thetford Mines.

Les instructeurs du club pourront vous fournir plus de détails.

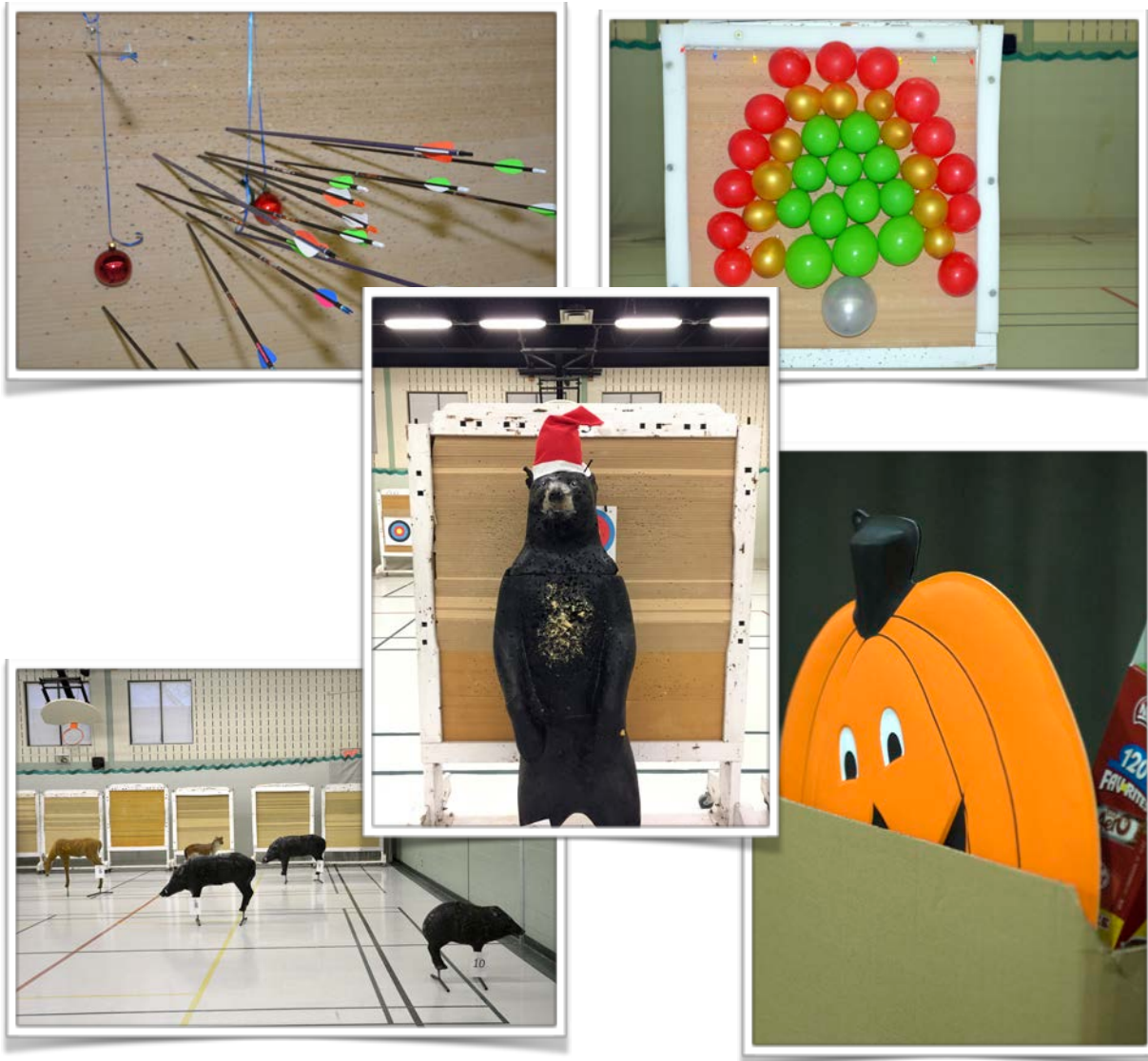


# Évènements Spéciaux

Le club organise des activités additionnelles lors journées spéciales tel; Halloween, Noël, St. Valentin, etc.

De petits goûters (chips, boissons, etc.) et prix à gagner sont offert gratuitement lors de ces soirées.

La participation et l'aide des membres et parents sont grandement appréciées en tout temps mais spécialement lors de ces activités.





## **CODE D'ÉTHIQUE DES MEMBRES**

Ce document contient le code d'éthique qui vise chacun des membres de Tir à l'arc Québec.

## CODE D'ÉTHIQUE DES MEMBRES

### Principe Éthique      Engagement du membre

« En tant qu'intervenant je m'engage à... »

*Respect des individus – Diminuer le risque à la santé et la sécurité, autant physique et mentale.*  
**DIGNITÉ**

### Courtoisie

Je m'engage à communiquer de manière respectueuse avec tous les intervenants.

Je m'engage à démontrer ma discrétion au sujet de toute information de nature confidentielle.

### Sécurité

Je m'engage à viser l'intégrité de la pratique du sport et de la compétition en me souciant de la sécurité des intervenants.

**Respect des règlements – Seule la performance des athlètes dictera l'issue de la compétition.**  
**INTÉGRITÉ**

### Compétence

Je m'engage à connaître les règlements de la compétition applicable à mon champ d'activité.

Je m'engage à accepter les remarques et à améliorer mes compétences.

Je m'engage à partager mes connaissances et expériences avec les autres membres afin de favoriser l'amélioration constante.

### Esprit sportif

Je m'engage à appliquer avec discernement les règlements dans un souci d'objectivité et d'impartialité.

Je m'engage à faire preuve d'honnêteté dans mes rapports avec les autres intervenants et à leur déclarer tout conflit d'intérêts

Je m'engage à faire preuve d'honnêteté et à divulguer mes manquements dans ma pratique.

### Autorité

Je m'engage à assumer mon rôle ou mes fonctions à l'intérieur des limites de mes compétences ou de mon autorité.

Par la présente signature, je m'engage à respecter le code d'éthique de la Fédération de tir à l'arc du Québec

Nom en lettres moulées

Signature du membre (ou tuteur/parent  
pour membre mineur)

Date

# Glossaire

Liste non-exhaustive des termes utilisés au tir à l'arc

**Allonge:** C'est la distance entre le creux de l'encoche et le repose flèche.

**Bande d'arc:** C'est la distance entre le creux de la poignée et la corde.

**Branches:** Parties flexibles supérieure et inférieure de l'arc.

**Bras Porteur:** Bras qui tient l'arc.

**Bras Tireur:** Bras qui tire la corde.

**Carquois:** Étui servant à ranger et transporter les flèches.

**Coq (plume):** Dans le cas d'une flèche ayant trois plumes, plume opposée à la fenêtre d'arc (Voir **Plume** et **Poule**).

**Décocher:** Action de lâcher la corde afin de faire partir la flèche.

**Dragonne:** Accessoire reliant l'arc aux doigts de la main.

**Empenage:** Désigne les plumes sur la flèche.

**Encoche (nock):** Élément en plastique que l'on place sur la flèche et qui reçoit dans son creux la corde.

**Fausse Corde:** Accessoire permettant de monter la corde sur l'arc.

**Fenêtre d'arc:** Partie centrale du corps de l'arc.

**Grip:** Partie de la poignée tenue par la main de l'arc.

**Groupement:** Notion qui définit la précision du tir par le positionnement des flèches entre elles.

**Livre:** Mesure qui détermine la puissance de l'arc.

**Plastron:** Protection évitant le frottement de la corde sur le vêtement ou la poitrine.

**Plume:** Empenage (1 plume coq, 2 plumes poules) situées au bout de la flèche permettant de stabiliser la flèche en vol.

**Poignée:** C'est le corps de l'arc. Parti centrale rigide de l'arc sur laquelle viennent se fixer les branches.

**Point d'encoche:** Repères constant sur la corde qui reçoivent la flèche.

**Pointe:** Bout de la flèche qui se plante dans la cible.

**Poule (plume):** Dans le cas d'une flèche ayant trois plumes, plumes du coté de la fenêtre d'arc.

**Protège-Bras:** Protection du bras d'arc.

**Repose flèche (Appui flèche):** Accessoire situé sur la fenêtre de l'arc sur lequel repose la flèche.

**Stabilisateur:** Accessoire d'équilibrage de l'arc.

**Tranche fil:** Fil qui protège la corde pour éviter une usure trop rapide.

**Visueur:** Accessoire fixé sur l'arc permettant de viser directement la cible.

**Volée:** Nombre de flèches tirées l'une à la suite de l'autre par un même tireur.