

Archermicalement

SECTION TIR A L'ARC VITRY - E.S.V

Info Club	Club ou compagnie	Vocabulaire et recette	Le coin des archers
Page 1	Page 2	Page 3	Page 4

INFO CLUB :

Notre journal est consultable également sur le site de l'ESV : www.esvitry-club.fr

Date à retenir :

Et le challenge interne a démarré le lundi 1er octobre 2012.

Le 15 décembre, notre club reçoit le club de Faches-Thumesnil pour une journée festive avec rencontre sur le pas de tir et repas. N'oubliez pas de vous inscrire si vous voulez participer.

La première compétition aura lieu le 12 janvier. Ce sera le championnat de France FSGT en intérieur.

Duel :

Et voilà une nouvelle saison qui commence...

Le 25 octobre, Jean-Michel, Romain et Yvon ont rencontré les archers de la compagnie de Fontenay sous bois. Malheureusement pour nous, ce premier duel était pas à notre avantage. Le score : 54 à 18.

Le 7 novembre, Adeline, Gérôme, Nathalie et Matthieu (en remplaçant) ont rencontré les archers de la compagnie des archers de Villiers sur marne (en photos). Cette fois ci Vitry est à l'honneur en remportant le duel, le score 48 à 24.



Rappel :

Chacun doit aider à mettre en place en début de cours ou ranger les cibles en fin de cours. Dans les vestiaires, merci de ranger les boîtes d'arc correctement dans les charriots.



Création manuelle :



Parmi nos archers, nous avons des artistes dont «Valou» qui réalise des poupées en crochet et des petites indiennes, symbole du club, en couture.



SECTION TIR A L'ARC VITRY - E.S.V

VOCABULAIRE

**Bander**

La première étape quand un arc vous est confié est de le bander pour mettre la corde en place.

Comme dans la plupart des club, nous avons un **bandoir**.

La corde est mise en place sur l'arc en enfilant la boucle de la poupée supérieure sur la branche du haut. Cette boucle est la plus large pour faciliter cette mise en place. L'autre boucle est ajustée sur la poupée inférieure sur la branche du bas.

L'arc est positionné en mettant la branche inférieure en butée sur le butoir du bas du bandoir. Un rouleau, un autre butoir ou une corde permettent de maintenir la poignée de l'arc dans le creux du grip.

L'archer, en s'aidant du poids de son corps tire la branche supérieure vers lui en veillant à ne pas la vriller.

Il suffit ensuite de faire coulisser la boucle supérieur le long de la branche jusqu'à ce qu'elle vienne se loger dans la gorge de la poupée supérieure.

L'archer relâche doucement l'effort en vérifiant que les boucles sont bien en place. Vérifier la poupée du bas et enlever l'arc du bandoir.

**La méthode de la fausse corde :**

Cette méthode est la plus employée.

La boucle de la branche supérieure est enfilée sur la branche supérieure alors que l'autre boucle est ajustée sur la poupée inférieure.

La partie enveloppante de la fausse corde est mise par dessus la poupée inférieure équipée de la corde. L'autre extrémité de la fausse corde est enfilée sur la branche supérieure.

L'archer va ensuite saisir la poignée de l'arc, caler la fausse corde sous un pied ou deux puis, en tirant sur la poignée, il met l'arc en tension. Le pied doit peser lourdement sur la fausse corde.

Personnellement, je met les 2 pieds et je les écarte beaucoup.

Avec l'autre main, l'archer fait glisser la boucle de la branche supérieure jusqu'à ce qu'elle se loge dans la gorge de la poupée supérieure.

L'archer détend ensuite la fausse corde en relâchant doucement l'effort sur la poignée.

Les boucles doivent être parfaitement en place sur chacune des poupées.

**RECETTE :****Soufflé au patidou**

Ingrédients : 2 patidous

50 gr de Gruyère râpé,

1 oeufs, 2 c.à s. crème fraîche, sel, poivre et muscade.

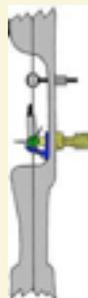
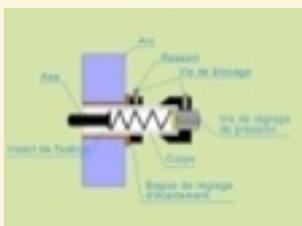
Préchauffer le four à 210° (th7), beurrer un moule allant au four.

Cuire les patidous couper en 2 à la vapeur 20min. Retirer la chair et réserver la peau. Mettre dans un bol la chair et mélanger avec les autres ingrédients. Verser dans le plat dans les peaux réservés de vos patidous et mettre au four 20min.

Servir aussitôt.



Bandoir accessoire fixe permettant de mettre la corde en place facilement.



Berger ou **BERGER-BUTTON** - Accessoire fixé sur l'arc qui permet de redresser la flèche lors de sa sortie de la fenêtre de l'arc.

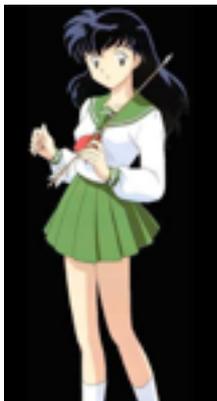


SECTION TIR A L'ARC VITRY - E.S.V

LE COIN DES ARCHERS

Comme je vous l'ai dis, je dédie un espace pour les archers, voici les premiers documents que j'ai reçu.

Le dessin de Marie-Gaëlle, elle réussit Kagome un personnage du manga «Inu yasha»



Anne a beaucoup d'humour avec cette recette d'halloween :

Ajoute :

Une pincée de maléfice



Si tu invite une sorcière à dîner :



Un soupçon de mouche pilée



Mélange dans un saladier :

Décore ton délice de bave de crapaud avec une pincée de poudre

Une cuillère à soupe d'écailles de lézard



de fourmis rouges

De la bave de crapaud



Bon appétit tu verras, ta sorcière va adorer !

.
. .
.

Deux cuillères à soupe de sang de dragon



Si tu remplaces les écailles de lézard par des oignons hachés, la bave de crapaud par la chair d'un avocat, le sang de dragon par une demie tomate écrasée, le jus de libellule par le jus d'un demi citron, et la poudre de fourmis rouges par du paprika, tu obtiendras cette délicieuse spécialité mexicaine qu'est le guacamole !

Du jus de libellule



Merci les filles!