

Tir à l'arc

Tirer à l'arc ou la sensation de la bonne flèche...

France jeunes au Vendéspace (22-24 février). Alain Bossard est le responsable de la formation challandaise. Sport de précision ou art martial, il nous parle de la sensation de la bonne flèche...

Les championnats de France jeunes auront lieu au Vendéspace, les 22, 23 et 24 février prochains, à Moulon-le-Captif. Si le tir à l'arc est un sport de précision, au Japon, c'est aussi un art martial : le kyudo. D'une discipline érigée au rang de philosophie au simple acte de tirer au centre du blason, il y a un point commun : « la sensation de la bonne flèche », comme le dit joliment Alain Bossard, le responsable de la formation aux Archers challandais, club organisateur de la compétition avec Aizenay.

Une bonne position est primordiale pour bien tirer

Certes, dans une semaine, le principal objectif des 320 jeunes qualifiés, âgés de 10 à 19 ans, sera de faire 10 points au centre de la cible ; mais naît-on archer ou le devient-on ? « Il n'y a pas de morphotype, répond Alain. Ni de trait de caractère spécifique, c'est une question de travail et d'investissement, comme partout. Il faut avoir de bonnes qualités cardios et une certaine musculature, car la première difficulté est de soulever l'arc. C'est pour cela que nous sommes très rigoureux avec les jeunes au niveau de la posture. Une bonne position est primordiale pour bien tirer. »

Naturellement, on ne fait pas faire de la musculation à des enfants de



Alain Bossard est le responsable de la formation challandaise. Son club, en association avec celui d'Aizenay, organisera les championnats de France jeunes, les 22, 23 et 24 février prochains, au Vendéspace.

10 ans. D'autant que le tir à l'arc est aussi un sport cérébral. Reste que pour la plupart, ce n'est pas instinctif. « L'émotion de la bonne flèche, on ne l'a pas au début, confie Alain. Que l'on soit un jeune ou un adulte,

chacun est déjà content de mettre la flèche dans la cible. Après, lorsque l'on cherche à améliorer sa précision, il faut un contrôle de toute sa musculature, pour avoir un mouvement pour envoyer sa flèche

et de la stabilité pour bien rétenir le tout. C'est un compromis qui n'est pas évident à trouver. »

Le plaisir de la bonne flèche reste indicible...

Au-delà de cet aspect physique et « moteur », la dimension mentale permet de mesurer son évolution, ou de trouver sa place, entre art martial et sport de précision. « C'est la même philosophie, poursuit Alain. La quintessence de la bonne flèche. Le gros reproche que l'on fait à chaque archer, c'est : « Ne regarde pas ta flèche. Regarde la cible. La flèche, tu la verras dedans. » C'est toute la subtilité du tir à l'arc. Le kyudo, c'est une recherche intérieure de concentration, de relaxation, de perfection de la flèche. Cela peut paraître hermétique, mais lorsque l'on est soi-même archer, après quelques années d'expérience, on a automatisé beaucoup de choses, mais le plaisir de la bonne flèche reste indicible... »

Bruno POIRIER.

Programme

Vendredi 22. 16 h 30 - 20 h : Qualifications. **Samedi 23.** 8 h 30 - 20 h : Qualifications. **Dimanche 24.** 8 h 45 - 15 h 15 : Phases finales. 15 h 30 : Podiums. Entrée gratuite.