



Tir à l'arc

Avertissement : L'activité présentée dans cette fiche doit se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la fiche « Recommandations fédérales » figurant en introduction de ce guide.

Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive, absolument nécessaire.



Demandes aux pratiquants

- Respecter la distanciation sociale, 4m² dans toutes les situations de l'activité (installations, déplacements aux cibles...),
- Se laver les mains avant, pendant et après la pratique, avec du gel hydro-alcoolique ou du savon (essuie-mains personnel et jetable),
- Éviter les contacts physiques directs entre les animateurs et les participants (démontrer plutôt que corriger directement le participant sur sa posture),
- Éviter d'essuyer la transpiration à main nue et utiliser une serviette personnelle, un bandeau éponge au niveau du front et éventuellement au niveau du poignet.

Matériel obligatoire à fournir par les participants

- Masque et gants,
- Gel hydro-alcoolique,
- Serviette personnelle, bandeau éponge,
- Mouchoirs jetables et/ou papier absorbant,
- Collations et boissons personnelles.

Recommandations fédérales

- Utiliser le matériel personnel (arc, flèches, carquois, gourdes). Si ce n'est pas possible, les adhérents peuvent utiliser du matériel prêté désinfecté (gardé durant toute la séance),
- Un tireur par cible disponible sur le terrain, dans la mesure minimum de 2 m entre les archers au pas de tir (la ligne de tir peut être balisée pour indiquer les distances à respecter),
- Utiliser un gant pour retirer les flèches de la cible,
- Faire retirer chacun son tour, l'un après l'autre, les flèches de la cible suite à la volée, en gardant la distanciation minimale (2 m),
- Désinfecter le matériel après réglages de l'animateur sur l'arc avant utilisation par un participant,
- Désinfecter l'ensemble du matériel utilisé après la séance.

Consignes spécifiques de la Fédération française de tir à l'arc

- Port du masque en dehors du temps de pratique. Le port de gants est recommandé pour effectuer les tâches d'ouverture et fermeture des locaux (barrières, cibles...),
 - Utiliser son matériel personnel. Dans le cas contraire l'arc et le matériel mis à disposition par le club devra ne servir qu'à un seul archer pendant la séance et être désinfecté après chaque usage en cas de stockage par le club,
 - Chaque pratiquant devra disposer de son propre blason. Installation et retrait par ses soins,
 - Aucune situation d'entraînement engendrant des formations de binômes, d'équipes, de tirs comptés collectifs ne devra être proposée.
- La Fédération Française de Tir à l'Arc développe un éventail de fiches d'animation adaptées pour respecter le protocole sanitaire fédéral. Se rendre sur ce lien : <https://www.ffta.fr/actualites/une-reprise-ludique-en-club-grace-aux-animations> »

Conseils de reprise

- Reprise progressive, insister encore plus sur l'échauffement qu'habituellement,
- Ne pas oublier le retour au calme après la séance,
- Penser à l'hydratation.

Face au Coronavirus, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :



Se laver les mains
très régulièrement



Tousser ou éternuer
dans son coude



Utiliser des mouchoirs
à usage unique



Saluer sans se serrer la main,
éviter les embrassades



Porter un masque quand
on est malade