REGLEMENT SPECIFIQUE A L'ACTIVITE
TIR A L'ARC

Annule et remplace le règlement du 29 mars 2022 - Mise à jour, le 19 octobre 2026

Article 1 - Organisation

Les participants doivent respecter l'ensemble des règles du présent document. Les séances sont organisées et conduites par des animateurs(trices) bénévoles formés(ées) par le CSSSC et la FFSpT (*jusqu'en 2025 par la FFRS*). ou reconnus (VAE).
Les tirs sont organisés en intérieur au Gymnase Saint Apolline, 88 boulevard des Chasseurs à Courdimanche.
Des séances de tir en extérieur pourront être organisées à l'initiative des animateurs sur des terrains adaptés au tir à l'arc. Les participants en seront avertis en temps voulu.
L'animateur et le référent de l'activité sont à la disposition des participants pour les tenir informés et répondre à leurs questions.

Article 2 - Responsabilité

La responsabilité du club est engagée pendant toute la durée de la séance de tir à l'arc.
Elle commence à partir du lieu de départ de l'activité, aux horaires de début et de fin de séance et se termine au même endroit que le lieu de départ.

Article 3 – Sécurité

Chacun(e) doit strictement respecter les instructions de sécurité données par les animateurs(trices). Doivent également être respectées les règles d'hygiène et de sécurité des structures fédérales dans lesquelles l'activité est pratiquée ainsi que les règlements propres à la pratique du tir à l'arc. Ces règles sont publiées dans les Guides ou Manuels de la Fédération et communiquées aux licenciés sur le site internet du Club : ***https://sportseniorcourdimanche.com/***

Pratiqué comme activité sportive structurée, dans le respect des règles qui la régissent, le tir à l'arc n'est pas dangereux en soi. Il n'en demeure pas moins que l'arc est une arme, que la flèche peut blesser et que leur utilisation peut générer des risques sauf à se conformer scrupuleusement aux règles et consignes de sécurité. - *Voir (Articles : 8, 9, 10, 11)*-

Pour les séances qui se déroulent en intérieur, chacun(e) doit prendre connaissance du plan d'évacuation et des consignes de sécurité du lieu où est pratiquée l'activité conformément aux règlements qui régissent l'accès à un établissement recevant du public (ERP).

Article 4 – Santé

Si un participant éprouve une gêne ou se blesse, il doit prévenir impérativement l'animateur qui prendra les mesures adéquates à la situation. Les animateurs sont équipés d'une trousse de 1er secours (sans médicaments pas même du paracétamol) pour intervenir sur de la bobologie.
En cas de blessure, une visite chez un médecin ou à l'hôpital est recommandée. Le blessé devra réclamer un certificat médical qui servira à sa déclaration d'accident auprès de l'assureur (à faire dans les 5 jours). Il devra en informer l'animateur de la séance.

Article 5 - Administration

Les participants, durant les activités, doivent être en possession de leur licence, d'une pièce d'identité à jour, de leur carte Vitale et du passeport « **santé – infos secours** » dûment renseigné.

Article 6 – Matériel et équipement

Les archers sont responsables des équipements laissés dans l'enceinte du gymnase. Toute détérioration de matériel ou d'équipement présentant des risques pour la sécurité devra être signalée aux dirigeants.
Pour les adhérents n'ayant pas d'équipement de tir à l'arc, le club leur propose un kit complet moyennant une caution de 200 €uros couvrant les risques de détérioration ou de pertes du dit matériel.

> *Ce kit comprend :* 1 poignée, 2 branches, 1 corde, 1 fausse corde, 1 repose flèche, 1 viseur, 6 flèches prêtes au tir, 1 repose arc, 1 palette, 1 dragonne, 1 carquois, 1 bracelet (protège bras), 1 housse de transport.

L'emprunteur(euse) est responsable des biens qui lui sont prêtés et devra en prendre le plus grand soin. La casse et/ou détérioration d'un de ces éléments en cours de saison est à réparer et/ou à changer à l'identique par celui ou celle-ci.

Ce kit est à restituer au Club à chaque fin de saison ou lorsque l'archer(ère) n'en manifeste plus le besoin. Il devra être rendu complet et en bon état. Si ce n'est pas le cas, une indemnisation d'un montant égal à l'achat du ou des éléments de remplacement sera demandée selon le tarif du fournisseur du club *« Top Archerie d'Argenteuil »*. La caution est alors restituée.

Article 7 - Recommandations vestimentaires et Equipements de Protection Individuelle (EPI)

Il est demandé de privilégier les vêtements près du corps et protégeant intégralement le buste, de porter des chaussures adaptées aux conditions de pratique (chaussures à semelle plate en intérieur, chaussures de randonnée pour les parcours en extérieur...). Pour les séances de tir en extérieur prévoir une tenue adaptée aux conditions météo (protection contre le soleil, la pluie, le froid...).

L'accès au pas de tir en salle impose le port de chaussures fermées à semelles plates à usage spécifique pour se déplacer sur le parquet.

Sur les équipements obligatoires, l'article R322-28 du Code du Sport définit les conditions de diffusion des Equipements de Protection Individuelle (EPI). Les bracelets, palettes et plastrons doivent avoir le marquage CE pour être utilisés. Ils doivent être adaptés au type de pratique et être entretenus.
Le port de ces EPI est obligatoire pour prévenir des blessures.

Article 8 – Organisation et déroulement des séances de tir

- Un calendrier trimestriel des séances est publié sur le site du club :
  https://sportseniorcourdimanche.com/
- Seul(e)s les animateurs(trices) du CSSSC ou Fédéraux sont habilité(e)s à organiser et animer des séances de tir. En conséquence la présence d'au moins l'un d'entre eux est obligatoire à chaque séance. En cas de carence celle-ci sera annulée.
- Un(e) animateur(trice) chargé(e) de l'animation est désigné(e) à chaque séance. L'organisation et l'animation de la séance est à son initiative.
- Déroulement d'une séance :
  En règle générale une séance de tir comprend les phases suivantes :
  - La mise en place des équipements de tir par tous les participants (cibles, rideaux et barrières de sécurité,...)
  - Le montage des arcs et équipement des tireurs

- Une séance d'échauffement musculaire
- Une série de tirs d'échauffement (nombre de volées fixé par l'animateur)
- Une série de tirs pour travailler le geste ou la posture
- Une animation ludique permettant d'adapter les acquis et les apprentissages des séance
- Le démontage et le rangement des équipements de tir par tous les participants
- Le démontage des arcs et équipement des tireurs
- Une séance d'étirements musculaires.

- L'animateur(trice) de la séance est en charge de faire respecter scrupuleusement par chaque archer les consignes de sécurité *(Article 10)* et ***les consignes de tir qui sont*** :

En position :
- ✓ Tous les tireurs se placent sur la même ligne (ligne de tir).
- ✓ les déplacements inopinés en avant de la ligne de tir sont interdits.
- ✓ L'attente de l'ordre suivant se fait branche inférieure de l'arc posée sur le pied

Armer :
- ✓ Autorisation d'armement mais pas de tir.
- ✓ Tout armement fantaisiste est interdit (notamment en hauteur ou dans une direction « croisée »).

Tirer :
- ✓ Autorisation de début du tir.

Halte au tir :
- ✓ En cas d'incident de tir, respecter le signal d'arrêt de tir. Tous les archers doivent désarmer et ranger leur flèche dans leur carquois.

Flèche :
- ✓ Autorisation de se déplacer aux cibles pour le retrait des flèches.

- Tout animateur et archer présent durant la séance doit veiller à la sécurité des tirs notamment lors des ordres « en position » et « flèches »

Article 9 - La pratique du tir à l'arc

Les archers sont tenus de respecter les règles de base de sécurité communiquées par les dirigeants et notamment :

- Maintenir un espace libre entre la zone d'arcs et la ligne de tir.
- La zone d'attente des ordres se situe derrière la zone d'arcs
- Ne déposer aucune affaire personnelle entre la ligne de tir et la cible.
- Ne pas utiliser de matériel inadapté ou endommagé (flèches trop courtes, corde usagée, repose-flèche défectueux...).
- Ne pas se positionner sur le pas de tir avant d'entendre l'ordre « en position »
- Ne jamais encocher ou armer l'arc, même sans flèche, ailleurs que sur le pas de tir et en direction de la cible.
- Ne jamais mettre la flèche sur l'arc avant que la zone de tir ne soit entièrement libérée et que la consigne d'armement ne soit donnée.
- Ne jamais lâcher la corde sans flèche encochée.
- Attendre la fin complète de la volée par tous les tireurs pour ramasser une flèche tombée au sol.
- Une fois sa volée terminée, retourner poser son arc et ne pas rester sur la ligne de tir.
- Respecter le silence lors des phases de tir pour ne pas perturber les tireurs.
- Se tenir toujours à distance suffisante d'un archer en phase de tir pour ne pas perturber son geste.
- S'assurer que personne ne se trouve immédiatement derrière soi.
- Respecter une distance de sécurité lors du retrait des flèches de la cible.

- Ne jamais courir *sur le pas de tir*
- Lors du déplacement pour le retrait des flèches veiller à le faire en se présentant sur le côté de la cible, afin d'éviter tout heurt avec les flèches en cas de chute
- Pour retirer ses flèches chaque archer se présente l'un après l'autre sur le côté de la cible, tout en veillant à ce qu'il n'y ait personne de proche face à la cible et aux flèches

Article 10 - Assurer sa propre sécurité

Les archers sont exposés à des risques individuels. Le tableau ci-après présente ces risques fréquents et préconise des solutions.

Situations	Risques encourus	Mesures de Protection
Montage de la corde sur l'arc	Douleurs dorsales, bris de matériel, traumatisme de l'œil (en cas de retour de branche)	Corde à bander ou équipement spécifique
Pendant le tir	Accident musculaire	S'échauffer
	Blessure à l'avant bras	Bracelet
	Blessure aux doigts	Palette bien adaptée
	Frottement, blessures à la poitrine	Plastron
	Casse de matériel (corde, encoche, fissure sur flèche carbone...)	Bon état du matériel de tir Retirer les flèches prudemment
Retrait des flèches	Traumatisme de l'œil, blessure au visage	Information préventive permanente
Exposition à la pluie et au froid	Maladies dues au refroidissement	Vêtements chauds et/ou étanches...
Pratique sur les parcours	Chutes, glissades : traumatisme ostéo-articulaire et musculaire	Chaussures de marches, chaussures de randonnées...
Exposition au soleil	Coups de soleil - déshydratation	Vêtements adaptés (casquette, bob...), protection des bras, crème solaire, eau

Article 11 – Utilisation du gymnase

Il est demandé aux participants de remettre la salle qui a été attribuée par la mairie dans la même configuration qu'à l'arrivée dans les lieux. N'oubliez pas des déposer vos déchets dans une poubelle avant de partir.

Fin