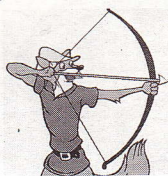


*Un peu méconnu*

# L'ARC-CLUB FRIBOURG



**Fondé par quelques archers enthousiastes en 1985, l'Arc-Club Fribourg (ACF) a pour vocation de faire connaître et de faciliter la pratique du tir à l'arc, malheureusement mal connu et très peu médiatisé. Le club donne la possibilité à ses membres d'utiliser de belles installations, adaptées à tous les types de tir à l'arc et, de ce fait, de s'entraîner toute l'année aussi bien en salle qu'à l'extérieur.**

L'ACF est membre de l'Association suisse de tir à l'arc (ASTA). Ainsi, ses adhérents peuvent acquérir une licence donnant l'accès à des tournois et championnats en Suisse et à l'étranger. Prendre part aux compétitions procure beaucoup de plaisir, car c'est l'occasion de rencontrer des tireurs d'autres clubs, de lier des amitiés, de se perfectionner, de mesurer ses capacités et ses performances. L'ACF est aussi membre de l'Association fribourgeoise de tir à l'arc (AFTA) et de l'Union des Sociétés Sportives de la Ville de Fribourg (USSVF).

## Un sport complet pour tous

Le tir à l'arc est un sport complet, aussi bien physique que mental, praticable dès l'âge de 10 ans. Il demande beaucoup de concentration, de maîtrise de soi, de régularité, d'entraînement et contribue à l'épanouissement personnel. Le tir à l'arc convient aussi aux personnes en chaise roulante. Différentes catégories («indoor», forêt, etc.), ainsi qu'une grande variété d'arcs, permettent à tout un chacun de trouver son bonheur et de pratiquer ce sport au plus près de ses aptitudes, pour son plus grand plaisir.

## Il y a arc et arc...

Tout archer a à sa disposition divers types d'arcs, ayant chacun des caractéristiques différentes. De l'arc nu ou instinctif («longbow»,

«barebow», etc.), utilisé à son époque par Robin des Bois, celui des Sioux et autres Apaches, des Huns et autres peuples asiatiques, à l'arc traditionnel olympique («recurve»), avec ou sans viseur, avec ou sans stabilisateurs, au «compound» (arc à poulies), avec ou sans accessoires divers, l'art du tir à l'arc, dans tous les cas, présente les mêmes exigences d'entraînement et de concentration. Le choix de son arc est essentiel en fonction de la catégorie choisie; mais il doit aussi être réglé individuellement pour tenir compte des caractéristiques physiques de son propriétaire (puissance, allonge, etc.).

## Installations

L'ACF dispose de trois sortes d'emplacements:

– une salle (dans l'ancienne école du Jura) dotée de cinq cibles, facilement déplaçables, permettant de tirer jusqu'à 18 m, de divers appareils nécessaires à l'entretien et au montage du matériel (arcs, flèches, etc.), ainsi que d'une trentaine d'arcs destinés à l'initiation (en salle) de ce sport. La salle est ac-



cessible tous les jours, jusqu'à 22 h, aux membres agréés par le comité. Les débutants peuvent s'y exercer en présence d'un membre expérimenté du club, le jeudi en fin d'après-midi et le samedi matin. Les handicapés y ont accès par un ascenseur.

Cette salle est aussi utilisée pour des initiations ou des démonstrations, sous la responsabilité d'un membre de l'ACF (toujours heu-

reux de partager sa passion): pour des associations, des amicales, lors d'une semaine sportive, du Passeport-vacances, bref, pour tous ceux qui désirent en connaître un peu plus sur le tir à l'arc.

Quant au tir en extérieur, il peut se pratiquer de deux façons:

– sur un terrain aux normes FITA (organisation mondiale du tir à l'arc), au Guintzet, où des cibles fixes sont placées à 15, 30, 50 et 70 m, permettant aux tireurs disposant de leur propre matériel d'exercer leur passion dans des conditions proches des tournois traditionnels (FITA ou olympiques). Ce terrain est à la disposition de tous les membres, toutefois les débutants (membres provisoires) et les jeunes ayant leur propre équipement doivent être accompagnés d'un membre expérimenté;

– sur un parcours en pleine nature (dans la forêt de Lossy), où sont disposées diverses cibles parfaitement sécurisées (blason ou 3D), permettant de s'exercer dans les conditions plus particulières du tir en campagne: luminosité changeante, terrain irrégulier, obstacles naturels, déplacement d'un point de tir à l'autre, météo...

