



Entretien de son arc

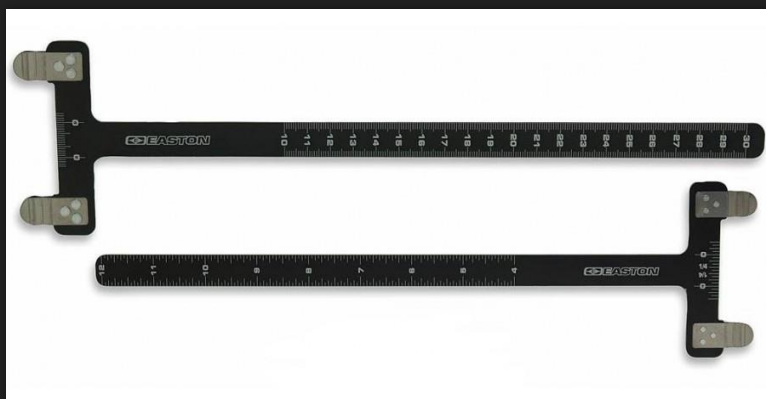
Samedi 24 Septembre 2022



Entretien courant

Un entretien de tous les entraînements !

Matériel nécessaire :



- Équerre
- Cire
- Clé Allen

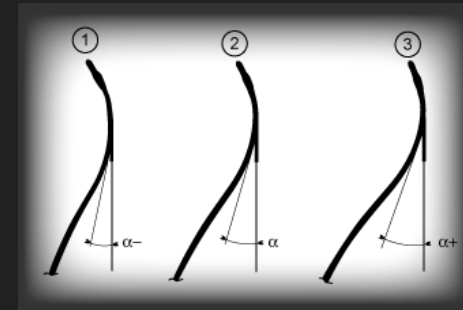
Mesurer son band



Mesurer son band à chaque entraînement et le régler pour garder le même dans une plage de 2 mm. A mesurer toujours au même endroit, creux de la poignée ou au berger.

- Pour un 66 " : **20,5 – 22 cm**
- Pour un 68 " : **21,5 – 23 cm**
- pour un 70 " : **22,5 – 24 cm**

On peut également observer les gorges des branches pour savoir si le band convient, la corde doit le remplir à environ 75%, comme sur l'image 2.



En fonction des modèles, une norme est fournie par les constructeurs pour le band.

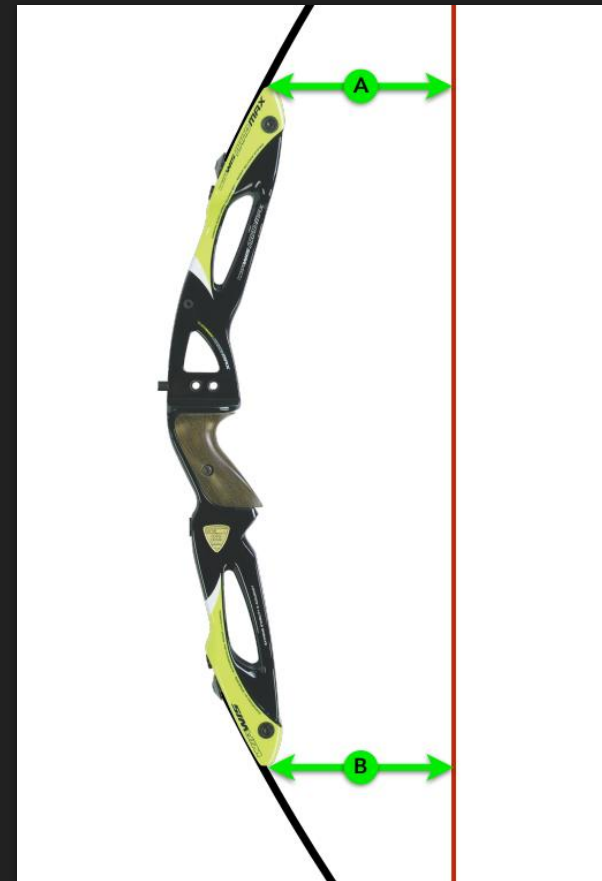
Vérifier son tiller



Vérifier que son tiller n'a pas bougé régulièrement.

Il doit être entre 0 et 6 mm plus grand en haut, à mesurer à l'empattement des branches.

$$0 \text{ mm} < A - B < 6 \text{ mm}$$



Vérifier l'état de sa corde



Vérifier l'état de sa corde : tranche fil qui se défile, poupées non protégées, corde qui s'effiloche.

La durée de vie d'une corde est de **20000** flèches si elle est bien entretenue, il est préférable d'en avoir toujours au moins une deuxième.

Vérifier également l'état des points d'encoçages et les refaire si besoin.

La corde doit être cirée au moins **une fois par mois** pour qu'elle soit plus durable.

Pour la cirer, on applique la cire et on la fait pénétrer en chauffant un peu la corde en la frottant avec ces doigts ou un torchon et on enlève le surplus en réunifiant les brins de la corde en passant un bout de fil tout le long.



Vérifier la visserie



Vérifier que les diverses vis de son arc sont **bien serrées** de temps en temps :

- Viseur
- Repose-flèche
- Berger Button
- Poignée (Tiller et Alignement)

Il ne faut pas oublier de regarder également les vis de sa **palette**.



Les bons réflexes après un tir sous une averse

Avec les conseils d'un Normand, votre arc ne prendra jamais la rouille !

Lutter contre l'humidité !



Après avoir tiré sous la pluie, il faut **sécher tout son arc**. Le plus simple est de tout essuyer une première fois en rangeant son arc avant de le ranger si on peut se mettre à l'abri.

Étendre protège bras, plastron, palette et dragonne pour les faire sécher.

Veiller que les cuirs ne restent pas collés pendant le séchage car ils peuvent **moisir**.

Une fois chez soi, sortir son arc pour essuyer avec une **serviette éponge** et ne pas hésiter à passer au **sèche cheveux** les endroits sensibles :

- Repose flèche
- Berger Button
- Viseur

et/ou y passer une serviette plus fine pour atteindre les zones difficiles.

Démonter la vis qui tient le repose flèche sur la poignée pour la sécher car très sensible à la rouille.



Point d'encoçhages

Finis les bagues métalliques, un fil, des nœuds et c'est gagné !

Deux méthodes : points communs

On utilise un fil de tranche-fil plus **épais** que le fil utilisé pour son tranche fil (au moins du 0.17 inch).

On commence par repérer l'endroit où l'on veut mettre le bas du nock set du haut en le marquant à l'aide d'un marqueur.

Si on n'a pas de réglage de détalonnage, on commence en le plaçant au centre. Voir prochaine séance pour ce réglage.

Pour l'espace entre les deux, si on a une encoche de marque BEITER asymétrique, on peut les coller, sinon, on met 1 mm d'écart.



On a fait le choix de vous présenter deux méthodes, mais vous pourrez en trouver plein d'autres sur internet, il y en a autant qu'il y a d'archers mais ce sont ces deux méthodes que la majorité des entraîneurs du club utilisent.

Méthode rapide : faire des nœuds



[Vidéo en anglais](#)

On commence par un nœud où l'on passe **deux fois** dans la boucle.

Puis un nœud simple de chaque côté de la corde en terminant par un nœud identique au premier : **au moins 5 tours**.

On coupe l'excédent de fil pour laisser 1 cm. On brûle les extrémités pour arrêter le fil.

On peut le sécuriser en ajoutant un point de vernis à ongle ou de colle au **pinceau**.

Méthode experte : méthode des champions



[Vidéo](#) de Jean Charles Valladont

Cette méthode est assez similaire à la réalisation d'un tranche fil, le nœud de fin est le même dans les deux cas.