

# LE TIR SUR CIBLE SUBAQUATIQUE

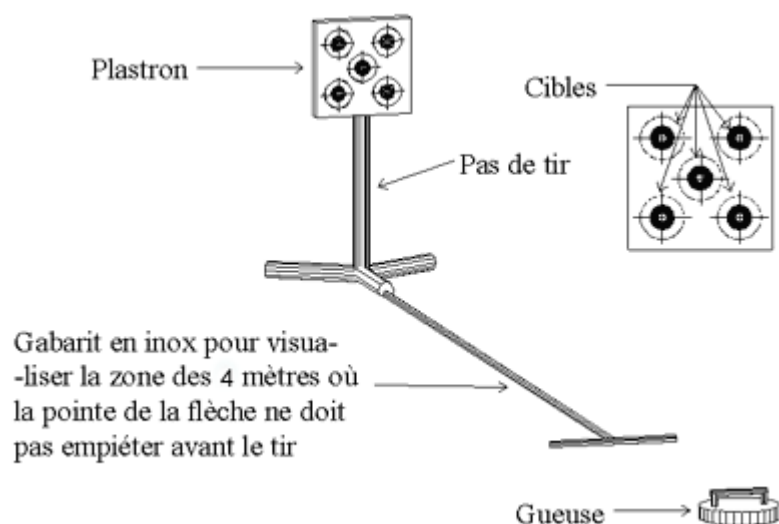
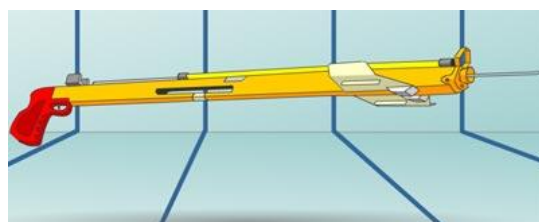
*Le tir sur cible est une activité sportive individuelle se déroulant en apnée.*

## L'histoire :

Le tir subaquatique est apparu en France il y a près de 20 ans. A l'époque, les tirs étaient effectués verticalement à partir de la surface vers le fond, à des profondeurs de 10 à 15 mètres. Ce sont les chasseurs sous-marins qui ont développé cette discipline qui leur servait d'entraînement d'hiver. Elle est maintenant une discipline à part entière des sports subaquatiques et attire de plus en plus de personnes issues d'horizons divers.

## Le matériel :

- Palmes, masque et tuba adaptés à votre morphologie.
- Arbalète (taille idéale : 100 à 110 cm) munie d'une flèche sans ardillon de diamètre maximum 6,5 mm, et reliée obligatoirement par un fil à l'arbalète. L'arbalète peut être équipée d'accessoires personnels tels que viseur, stabilisateur... Mais elle ne peut pas prendre appui sur le sol.
- Une arbalète de série dite « monotype 3000 »



- Un pas de tir, une sorte de trépied lesté pour maintenir la cible

- Les cibles sont composées d'une plaque de Styrodur recouverte d'un autocollant comportant 5 visuels (petites cibles).

- Une gueuse en plomb sert au tireur pour se maintenir dans le fond de la piscine pendant les tirs.

## Les pratiquants ?

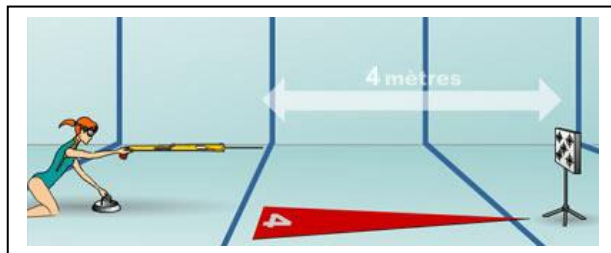
Cette discipline peut se pratiquer au niveau fédéral dès 12 ans.

- De 12 à 18 ans, le tir se fait à 3 m. (de la pointe de la flèche à la cible).
- Au-delà de 18 ans, le tir se fait à 4 m.

## Les épreuves :

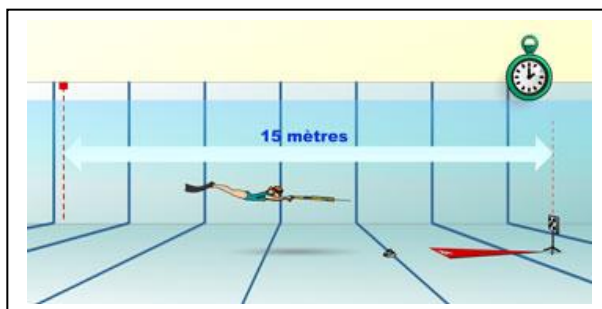
### Le tir sur cible comporte 3 types d'épreuves individuelles

**Le tir de précision :** Le tireur doit effectuer en apnée, une série de 10 tirs, sur une cible immergée. Une distance de 4 mètres est à respecter entre la pointe de la flèche et le plastron. Si cette limite est dépassée, le tireur est pénalisé. Le temps réglementaire pour cette épreuve est de 10 minutes : il est suffisant à la récupération en surface et au réarmement de l'arbalète après chaque tir. Si le temps d'un tireur excède cette durée, il se verra retirer un tir. Les points sont calculés en additionnant le total des impacts et en retranchant les pénalités.



Cette épreuve demande une bonne aisance sous l'eau et une grande concentration, pour être régulier et précis jusqu'au 10ème tir.

**Le biathlon :** C'est l'association d'un parcours chronométré en apnée et de tir sur cible. Le départ est donné derrière une ligne d'eau située à 15 m de la cible immergée. La personne parcourt en apnée cette distance, puis après s'être arrêtée à la gueuse pour se stabiliser, elle effectue son tir le plus précisément possible. Après avoir récupéré sa flèche en touchant la cible, elle retourne, toujours en apnée derrière la ligne d'eau de départ. Après avoir repris sa respiration et rechargé son arbalète le nageur repart pour effectuer ce parcours une 2ème et une 3ème fois.

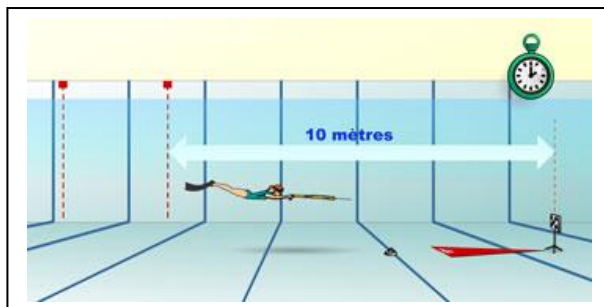


L'épreuve est chronométrée sans interruption. Le calcul du résultat est donné en fonction du temps et de la qualité des tirs. Cette épreuve nécessite une bonne condition physique, un entraînement régulier en apnée pour pouvoir effectuer les 3 parcours sous marin en restant suffisamment concentré pour chaque tir.

**Le super biathlon :** C'est l'association d'un parcours chronométré en apnée et d'un contrat cible. Le départ est donné derrière une ligne d'eau située à 10 mètres de la cible immergée.

La personne parcourt en apnée cette distance, puis après s'être arrêtée à la gueuse pour se stabiliser, elle effectue son tir le plus rapidement possible. Après avoir récupéré sa flèche en touchant la cible, elle retourne, toujours en apnée derrière la ligne d'eau de départ. Après avoir repris sa respiration et rechargé son arbalète, le nageur repart pour effectuer ce même parcours encore 4 fois.

Pour valider son temps le tireur doit avoir mis 3 tirs sur les 5 effectués, au moins dans la zone des 475pts (grande zone noire). Dans cette épreuve le tir en lui-même ne nécessite pas une visée précise, mais juste un cadrage (tir réflexe) pour réussir le contrat, c'est donc sur la vitesse que la différence se fera.



**Le Combiné :** Le combiné n'est pas une épreuve, mais un classement représentatif de l'ensemble des épreuves individuelles (Précision, Biathlon, Super Biathlon).

*C'est à partir de celui-ci que sont classés tous les meilleurs tireurs français en vue de leur qualification au championnat de France.*

### Le tir sur cible comporte 1 épreuve par équipe

**Le relais :** Le relais subaquatique est une épreuve par équipe constitué de 4 compétiteurs qui se relaient sur un parcours chronométré type super biathlon avec un contrat cible à effectuer.

La ligne de départ est située à 15 mètres de la cible, chaque compétiteur doit exécuter 2 tirs non consécutifs sur cette cible. Le contrat est rempli quand l'équipe a réalisé 8 impacts, (soit 2 impacts par visuel) dans un temps maximal de 10 minutes.

Cette épreuve nécessite une bonne coordination de tous les athlètes pour effectuer le contrat cible en un minimum de temps.