

PARA-TIR A L'ARC **DANS VOTRE CLUB C'EST POSSIBLE !**

Que votre club accueille une personne en situation de handicap (PSH) ou souhaite lancer un projet spécifique d'inclusion, sachez que le tir à l'arc est un sport adaptable à tous types de handicap.



Cette fiche synthétique vise à :

- apporter quelques propositions d'adaptations rendant ainsi l'activité accessible à tous ;
- informer sur les ressources mobilisables ;
- sensibiliser à l'accueil et l'intégration des PSH moteur.

HANDICAP SUR LES MEMBRES INFERIEURS



Pas d'adaptation particulière pour les personnes amputées ou en fauteuil roulant. Vigilance à avoir sur le placement sur la ligne de tir et l'équilibre pendant le tir.

Si le manque d'équilibre est trop important : possibilité d'avoir une assise.



HANDICAPS VISUELS



L'archer a besoin d'aide pour se situer et placer son corps dans l'espace.

Il utilise une potence comprenant :

- 2 repères pour les pieds ;
- 1 repère tactile qu'il touche avec sa main pour orienter l'arc et la flèche en direction de la cible.

HANDICAP SUR LES MEMBRES SUPÉRIEURS



Possibilité de tirer "à la bouche" à l'aide d'un morceau de cuir placé sur la corde.



Tirer avec une coque placée sur l'épaule sur laquelle est fixé un décocheur. L'archer peut libérer la corde en appuyant sur une palette avec son menton ou en actionnant le dispositif adapté lié à son décocheur.



La main qui tient l'arc est fixée à l'arc à l'aide d'une petite sangle.



L'archer met en tension l'arc avec son pied et sa jambe, ainsi que son épaule. Le déclenchement se fait à l'aide d'un décocheur placé au niveau de l'épaule.

POLYHANDICAPS



L'arc est placé sur un support. 2 possibilités :

L'archer est en capacité de mettre l'arc en tension avec la force de ses bras ;

L'archer utilise le recul de son fauteuil roulant. Dans ce cas, le déclenchement se fera à l'aide d'un décocheur adapté.

HANDICAPS SUR LES MEMBRES INFERIEURS + SUPERIEURS + TRONC



Plusieurs adaptations possibles :

- Gant de préhension pour tenir l'arc ;
- Sangles pour maintenir le tronc ;
- Décocheur adapté ;
- Assistant pour aider à mettre les flèches.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Un module de formation para-tir à l'arc proposé aux entraîneurs et encadrants fédéraux.

Plus d'info : [module de formation continue.](#)

- Des référents régionaux spécialisés peuvent vous accompagner dans cette démarche inclusive. [Contacts](#)
- Identifier des structures d'accueil adaptées afin de proposer la découverte à des PSH grâce à une [cartographie](#) (non-exhaustive).
- Utiliser des tutoriels pour adapter le matériel aux caractéristiques des personnes. [Accédez aux tutoriels](#)
- Vous souhaitez aussi orienter vers une pratique compétitive ?
Plus d'infos ici : [para-tir à l'arc en compétition.](#)

Contact

para-tiralarc@ffta.fr