



HYLLOS

Année 3 Numéro 9

Octobre 1999

Héraclès...

La reprise

Voici la première édition de l'année sportive de HYLLOS, le journal du club. Pour tous les petits nouveaux, je vous fais une rapide présentation Hyllos, dans la mythologie grecque est le fils d'Héraclès

Hyllos est la feuille d'information de la compagnie Héraclès. Ce journal (plus ou moins) mensuel est le second du genre dans l'histoire du club. Il est en effet important que tous les archers du club soient au courant de ce qui se passe sur le pas de tir, ou au logis lors des réunions du comité directeur ..

Après chaque réunion du comité directeur, Eric Dananchy, DADA, rédigera le compte rendu de la réunion. Celui-ci sera affiché dans le hall du gymnase Armand.



Championnat de France D2/COMPIEGNE 99

Hyllos, reprendra les info les plus pertinentes pour le communs des archers. Vous y retrouverez aussi les résultats des compétitions officielles, des rencontres internes, les projets les humeurs de l'entraîneur (on n'a pas encore féminisé quoiqu'en pense certain moustachu!!!) et de tous ceux qui ont quelque chose à dire.

Dans ce numéro :

La reprise	1
La rentrée du CD	1&2
Les entraînements	2
La division régionale	3
Les animations	3
Le FITA de l'an 2000	3
Compétition en salle, décembre 99	3

N'oubliez pas...

- * Le week-end du 5 & 6 décembre nous organisons le concours en salle
- * Nous recherchons plein d'aide, grands et petits
- * La buvette attend des bons gâteaux maisons

La rentrée du comité directeur

Lors de l'Assemblée générale du club en septembre, le comité directeur s'est trouvé peu modifié. Un départ: Roger Mourey, une arrivée, Eric Dananchy.

Les réunions du CD ont lieu le mardi au logis, sur le terrain. Chacun peut aller écouter et s'informer des décisions qui s'y prennent.

Le 12 octobre ils ont repartis les tâches et les

rôles. **Le bureau:**

PRESIDENTE: Evelyne GLAIZE

VICE PRESIDENT: Denis MONTAGNON

SECRETAIRE: Jean-Marie JACOMINO, Adjoint: Eric DANANCHY

TRESORIER: Serge ZEMOUR, Adjoint: Jean-Luc RAVEY

Les commissions:

DIRECTION SPORTIVE & INSCRIPTION CONCOURS: Christiane HERANNEY

ANIMATION: Patrick LAZARE, Jean-Louis LIMANDAS

ORGANISATION COMPETITION: Denis , Eric BROLIQUET

RELATION AVEC LA LIGUE: Evelyne

RELATION AVEC LA MAIRIE: Serge, Jean-Luc

COMMUNICATION PRESSE: Eric D.

REDACTION HYLLOS: Sophie VESSILLIER

Les responsables:

⇒ LICENCES: Gilbert VALLEY

⇒ MATERIEL: Christiane, Didier LANCIN

⇒ TRAVAUX: Denis

⇒ CLES: Jean-Luc

⇒ LOGIS, ACCUEIL: Patrick, Jean-Luc

⇒ TEE-SHIRT, BLOUSONS(bientôt!): Christiane

LES ENTRAÎNEMENTS

Même si les années se suivent et se ressemblent, il est à noter quelques nouveautés cette saison. J'insiste sur cet élément car nous sommes tous assez routiniers dans nos horaires, nos structures d'entraînement .

MARDI & JEUDI: 17h30/19h

2 créneaux en plus accessibles à tous en tir libre, à côté des 2 groupes encadrés (DEBUTANT avec Christiane le Mardi; ADO Compétition avec Sophie le Jeudi).

PRATIQUE OPEN : mardi aux Brosses, de 20h30 à 22h

Avec Sophie, entraînement individualisé, travail particulier et personnel à un moment et sur un point précis. Ouvert à tous, après rendez-vous avec moi.

**REFLECHISSEZ A VOTRE
PRATIQUE, VOS OBJECTIFS,
LE CHOIX DE VOTRE GROUPE,
VENEZ EN DISCUTER**

GROUPE COMPETITION: lundi 20h30/22h à Armand, et jeudi 20h30/22h aux Brosses

Il est destiné aux archers ayant fait le choix de la performance. L'entraînement est orienté sur le fonctionnement de chacun avec l'objectif de tendre vers la performance maximale. Etre compétitif, c'est se plier aux exigences de la compétition, *s'engager à s'entraîner régulièrement avec son entraîneur, savoir se donner des objectifs, respecter un calendrier, gérer les échéances, vouloir fonctionner en groupe à l'entraînement, en compétition.*

Le groupe participera aux compétitions de Chassieu, Grigny, Caluire, la sélection aux championnats de Ligue ou de France (pour certaine) fait partie des objectifs des archers du groupe.

Cette année, nous avons voulu que le groupe compétition réintègre le gymnase Armand, centre de la vie du club. Aux Brosses, le groupe était trop coupé des autres archers. Après un mois de fonctionnement, il semble que ce choix soit une bonne idée. Les archers des 2 groupes entraînement et compétition se croisent le lundi.

GROUPE ENTRAÎNEMENT: lundi 19h/20h30 à Armand

Pour ceux qui ont fait le choix de s'orienter vers une pratique sportive de l'activité, de la compétition, ce groupe doit être une étape. Il doit permettre d'acquérir un fonctionnement, une stratégie de tir. Celle-ci évoluera d'un point de vue technique à l'intérieur de ce groupe avec des exercices visant à optimiser la coordination visuo-motrice. Un travail important portera sur l'automatisation du mouvement afin de le rendre le plus performant possible.

Ce groupe permet en outre à chacun de continuer à progresser avec un entraîneur, en se libérant des exigences de la compétition. L'objectif est de progresser pour devenir performant d'ici 1 à 2 années. Cela n'empêche pas la pratique de la compétition, à condition de ne pas perdre de vue ces éléments, on garde la tête froide quoi!

Ce groupe est une étape obligée vers la compétition, il faut aussi savoir en sortir, au moment opportun, si l'on a des ambitions compétitives de n'importe quel niveau.

La division régionale- Présentation

Une nouvelle compétition se met en place cette année, après la division 1 et 2 pour le FITA par équipe. La division régionale est une compétition par équipe de clubs. Une compétition en salle à 18 mètres sur tri spot de 40 cm et une compétition à 70 mètres comptent pour la division régionale, pour décerner le titre de champion de ligue.

3 archers du club seront sélectionnés pour défendre nos «noires couleurs». La compétition va compter un tir de qualification avec les 3 équipiers sur la même cible, puis des matchs. Pour les matchs, un seul archer à la fois se trouve sur le pas de tir. L'équipe dispose de 3 minutes pour que chaque archer tire 3 flèches. Un match se fait en 3 volées. Après les qualifications, il y aura des match en poules, puis des matchs avec élimination directe.

Tous les archers peuvent participer à cette compétition, sauf ceux qui tirent en D1 (il n'y a hélas plus d'équipe de chez nous). Il y a une équipe classique et une équipe poulies.

La compétition sera primée, en salle, en extérieur, puis sur la totalité des 2. C'est l'équipe de club, le club donc qui est primé.

Le CD a défini les critères d'intégration de l'équipe: les 3 pre-

miers du classement interne. Le classement est réalisé avec les moyennes des 3 meilleures scores faits en compétition, avant le 31 janvier.

La compétition a lieu à Grigny le 13 février. En cas d'égalité, c'est le 4ème score qui départagera les 2 archers, le plus élevé l'emportera.

Pour l'extérieur, cela se passera à Terrenoire début Juin.

Un entraînement au tir par équipe se mettra en place auparavant avec l'entraîneur (toujours au masculin Gepetto)...

Cette compétition me semble intéressante par l'enjeu, «*champion de ligue par équipe*» et par la formule des *matchs* qui sera une bonne préparation aux championnats de France par équipe.

Bien entendu ce sera aussi un bon entraînement pour les supporters...

Animation

Dans l'objectif de faire une compétition qui rassemble le maximum de «compagnons d'Héraclès», c'est mignon non?!? nous vous proposons de nous retrouver le **samedi 20 novembre, 13 h à BRON** pour un concours qualificatif, 2*18 mètres.

La soirée se finira pour ceux qui le souhaitent dans un restaurant. Héraclès se propose d'ores et déjà d'offrir l'apéro et la boisson. Peut-être un petit Kir avec des cacahuètes ou des chips pour innover? C'est original!

Vendredi 24 octobre, l'équipe d'animation nous convie tous à une soirée avec arc, flèches et p'tits coups à boire. Seulement quand les arcs et les flèches seront rangés: contrôle anti-dopage oblige (nb: on est positif au delà de 0g en tir à l'arc, et ça c'est pas pour rire, il risque d'y avoir des contrôles).

Bienvenue à tous pour cette 1ère soirée.

26 NOVEMBRE:
animation
17 DECEMBRE
TIR DE Noël
Si le ciel ne nous
tombe pas sur la
tête

... la suite des festivités..

CONCOURS EN SALLE

Un événement incroyable à Villeurbanne les 4 et 5 décembre:

un concours qualificatif à 2*18 mètres

C'est pas tout nouveau et en général cela fonctionne bien ... quand il y a de l'aide.

L'installation débutera le samedi matin, le tir se fera samedi après-midi et soir, dimanche matin et après-midi.

DENIS viendra vous voir pour recruter du personnel, mais vous pouvez devancer l'appel (il n'y a aucune allusion douteuse Eric).

LE FITA DE L'AN 2000 France

La commission sportive nationale (Evelyne n'en fait pas partie, je vous rassure) vient de décider que le FITA allait se disputer par un tir à 70 m (2 séries) suivi de phase éliminatoire (pour les seniors et les juniors).

Fini le 90 mètres pour nos hommes ...sauf pour les FITA star, pour gagner les petites étoiles.

Certains diront dommage, d'autre tant mieux. On ignore encore le sort des autres catégories. Ce nouveau règlement est celui des jeux Olympiques et des compétitions internationales.

Nous organiserons un FITA en Juin, un fédéral (inchangé, 50 et 30 mètres) la veille. A suivre dans HYLLOS N°10 **SV.**

Héraclès....

20 RUE Armand
69100 VILLEURBANNE

URGENT

Pensez à rendre vos calendrier à ChristianeEt puis soyez sympa. Je vous explique. Le traitement des inscriptions se fait sur mon temps de loisir et j'apprécie qu'il m'en reste assez pour m'entraîner! Alors, pensez à mettre votre nom, à surligner vos choix et à mettre tous les renseignements demandés. Cela m'évitera des recherches fastidieuses et des erreurs malencontreuses.

D'autre part, n'oubliez pas que l'erreur est humaine et vérifiez sur le tableau que la retranscription correspond bien à votre calendrier.

Christiane

COMPOSITION DES EQUIPES EN COMPETITION

La direction sportive du club forme les équipes pour chaque concours en fonction des résultats précédents (les 3 premiers du classement club). Pensez le LUNDI à en parler avec Sophie, Christiane ou Evelyne.

En général il faut déposer les équipes au greffe et cette tâche est confiée à ceux qui sont inscrits au premier départ.
