



Rhône-Alpes
NOBELSPORT
RCBS



Arbalète - Armes Anciennes - Carabine - Pistolet -
Plateau - Tir aux armes réglementaires - Bench-Rest
- Cible mobile - Silhouettes métalliques - Tir Sportif
de Vitesse - 22 Hunter - Cowboy Action Shooting ...

LE TIR

Pourquoi pas ? VOUS ?



Ligue Régionale de Tir du Lyonnais
98, rue Joliot Curie - 69005 LYON
Tél. 04 78 25 79 52 - Fax. 04 72 38 78 35
Email : liguelyonnaisfftir@wanadoo.fr
WebSite : www.liguelyonnaisfftir.fr



Le Tir sportif

Ce sport d'adresse et de précision utilise une arme et fait appel à une technique qui requiert un équilibre psychophysiologique, exige une culture du corps pour disposer de souplesse, de force musculaire, d'endurance et de contrôle de soi. Cet ensemble devant conduire à un contrôle total permanent et simultané du corps et de l'esprit par la personne qui le pratique.

Quel que soit le tir pratiqué, de loisir ou de compétition, le tireur, s'il veut se surpasser, devra étape après étape maîtriser cette pratique en travaillant la position de son corps, la tenue de son arme, la respiration, la visée et le lâcher du coup.

La diversité des disciplines, particulièrement riche, permet à chacun de s'épanouir dans cette activité sportive et ludique.

La maîtrise de soi, la précision et le calme sont sans aucun doute les facteurs principaux de l'attrait qu'exerce le tir sportif auprès d'un grand nombre de personnes de par le monde.





Les disciplines de tir

Chaque discipline du tir sportif possède ses difficultés et sa technique propres. Il existe cependant une démarche commune à toutes les spécialités notamment dans la connaissance et le maniement de l'outil sportif. Les notions fondamentales de sécurité sont automatiquement assimilées avec l'acquisition du vocabulaire spécifique associé à la démystification de l'arme.

Avec un pistolet, une carabine, un fusil ou une arbalète, sur cible fixe ou sur cible mobile, debout, couché ou à genou et à des distances de tir variant de 10 à 300 mètres, vous trouverez parmi les disciplines gérées par la Fédération Française de Tir, celle qui correspondra le mieux à vos goûts, vos aptitudes et vos moyens.

Pour pratiquer le tir sportif, vous devrez être licencié à la Fédération Française de Tir.

Cette licence, qui vous sera délivrée par l'une des 2 000 associations, vous permettra :

- d'être couvert par une assurance,
- de pratiquer le tir toute l'année sur des installations adaptées,
- d'avoir accès aux épreuves officielles de la F.F.Tir,
- d'être représenté au sein des clubs, de la Ligue, et de la F.F.Tir,
- d'être encadré par des techniciens compétents,
- de suivre la formation fédérale,
- de profiter de tarifs préférentiels,
- de bénéficier d'un suivi médico-sportif.





La Ligue de Tir du Lyonnais



Forte de sa soixantaine de Clubs et de ses 4500 tireurs licenciés, la Ligue de Tir du Lyonnais, Délégation Régionale de la Fédération Française de Tir, couvre 3 départements de la Région Rhône-Alpes (l'Ain, la Loire et le Rhône) .

Elle est engagée dans de nombreuses actions de formations en partenariat avec la Région Rhône-Alpes et la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports.

Muni de ce document vous pourrez vous présenter dans un Club de Tir et effectuer une séance de découverte de nos disciplines sportives.

Ce petit guide vous a été offert par :

LA CIBLE ROANNAISE
Stand Pont d'Aiguilly
Route de Charlieu
42300 ROANNE
Tél. 04 77 70 60 87





Le Tir sportif et ses principales disciplines

Carabine

-  - **Carabine 10 m** se pratique en position debout. Fréquemment imposée par les clubs de tir comme une initiation avant une orientation vers les autres disciplines.
-  - **Carabine 50 m**
 - le **3 x 40** (hommes) et **3 x 20** (femmes) se tire avec une carabine libre de petit calibre (22 LR). Programme : 120 coups (H) et 60 coups (F) dans les trois positions (couché, debout, genou).
 - le **60 balles couché** se tire avec une carabine libre (seniors) et standard (dames) de petit calibre (22 LR)

- **Carabine 300 m** Les épreuves 3 x 40, 60 balles Couché et 3 x 20 sont tirées suivant les mêmes règles qu'à 50 mètres mais à une distance de 300 mètres.

Pistolet

-  - **Pistolet 10 m** La cible est située à 10 mètres et l'arme utilisée est un pistolet à air comprimé ou à cartouche de gaz. Le programme de tir est de 60 plombs pour les hommes et 40 plombs pour les dames. Discipline d'initiation par excellence.
- **Pistolet 25 m**
 -  - **Pistolet 25 m** - Petit calibre (22 LR) et gros calibre (32 et 38) avec comme programme 30 coups en « précision » et 30 coups en « vitesse ».
 -  - **Pistolet vitesse 25 m** - Petit calibre (22 LR) - Ce tir s'effectue sur 5 cibles pivotantes situées à 25 mètres. Programme : 60 coups qui se décomposent en 2 séries de 30 coups. Chaque série se décompose en : 2 séries de 5 coups tirés en 8 secondes, 2 séries de 5 coups tirés en 6 secondes et 2 séries de 5 coups tirés en 4 secondes.
 -  - **Pistolet standard 25 m** - Petit calibre (22 LR) - Ce tir s'effectue sur une cible située à 25 mètres. Programme : 60 coups qui se décomposent en 3 séries de 20 coups : 4 x 5 balles tirées en 150 secondes, 4 x 5 balles tirées en 20 secondes, 4 x 5 balles tirées en 10 secondes.
- **Pistolet 50 m** - Ce tir s'effectue à l'aide d'un pistolet à 1 coup de calibre 22 LR. Le programme de tir est de 60 balles en 2 h, tirées en 6 séries de 10 coups sur une cible située à 50 mètres.

Plateau

-  - **La fosse olympique** est une discipline olympique chez les hommes. Le programme consiste en 200 plateaux tirés à partir de 5 groupes de 3 appareils de lancement qui distribuent les plateaux suivant un angle et une vitesse inconnus du tireur. Celui-ci occupe successivement 5 postes de tir situés à 15 m de la fosse. Les six meilleurs tireurs tirent une ultime série de 25 plateaux pour se départager. En cas d'ex-aequo, on procède à la « mort subite » : chaque tireur tire un plateau jusqu'à ce que l'un d'entre eux le rate.
-  - **Le Skeet olympique** est une discipline olympique chez les hommes. Le programme est le suivant : deux cabanes de lancement distantes de 40 m envoient des plateaux simples ou doubles (un en simultané de chaque cabane) suivant des trajectoires





Le Tir sportif et ses principales disciplines

Carabine

 - **Carabine 10 m** se pratique en position debout. Fréquemment imposée par les clubs de tir comme une initiation avant une orientation vers les autres disciplines.

 - **Carabine 50 m**

- le **3 x 40** (hommes) et **3 x 20** (femmes) se tire avec une carabine libre de petit calibre (22 LR). Programme : 120 coups (H) et 60 coups (F) dans les trois positions (couché, debout, genou).

- le **60 balles couché** se tire avec une carabine libre (seniors) et standard (dames) de petit calibre (22 LR)

- **Carabine 300 m** Les épreuves 3 x 40, 60 balles Couché et 3 x 20 sont tirées suivant les mêmes règles qu'à 50 mètres mais à une distance de 300 mètres.

Pistolet

 - **Pistolet 10 m** La cible est située à 10 mètres et l'arme utilisée est un pistolet à air comprimé ou à cartouche de gaz. Le programme de tir est de 60 plombs pour les hommes et 40 plombs pour les dames. Discipline d'initiation par excellence.

- **Pistolet 25 m**

 - **Pistolet 25 m** - Petit calibre (22 LR) et gros calibre (32 et 38) avec comme programme 30 coups en « précision » et 30 coups en « vitesse ».

 - **Pistolet vitesse 25 m** - Petit calibre (22 LR) - Ce tir s'effectue sur 5 cibles pivotantes situées à 25 mètres. Programme : 60 coups qui se décomposent en 2 séries de 30 coups. Chaque série se décompose en : 2 séries de 5 coups tirés en 8 secondes, 2 séries de 5 coups tirés en 6 secondes et 2 séries de 5 coups tirés en 4 secondes.

 - **Pistolet standard 25 m** - Petit calibre (22 LR) - Ce tir s'effectue sur une cible située à 25 mètres. Programme : 60 coups qui se décomposent en 3 séries de 20 coups : 4 x 5 balles tirées en 150 secondes, 4 x 5 balles tirées en 20 secondes, 4 x 5 balles tirées en 10 secondes.

- **Pistolet 50 m** - Ce tir s'effectue à l'aide d'un pistolet à 1 coup de calibre 22 LR. Le programme de tir est de 60 balles en 2 h, tirées en 6 séries de 10 coups sur une cible située à 50 mètres.

Plateau

 - **La fosse olympique** est une discipline olympique chez les hommes. Le programme consiste en 200 plateaux tirés à partir de 5 groupes de 3 appareils de lancement qui distribuent les plateaux suivant un angle et une vitesse inconnus du tireur. Celui-ci occupe successivement 5 postes de tir situés à 15 m de la fosse. Les six meilleurs tireurs tirent une ultime série de 25 plateaux pour se départager. En cas d'ex-aequo, on procède à la « mort subite » : chaque tireur tire un plateau jusqu'à ce que l'un d'entre eux le rate.

 - **Le Skeet olympique** est une discipline olympique chez les hommes. Le programme est le suivant : deux cabanes de lancement distantes de 40 m envoient des plateaux simples ou doubles (un en simultané de chaque cabane) suivant des trajectoires

