



# L'ANNONCE

Distance

-

Arme

-

Niveau

Débutant

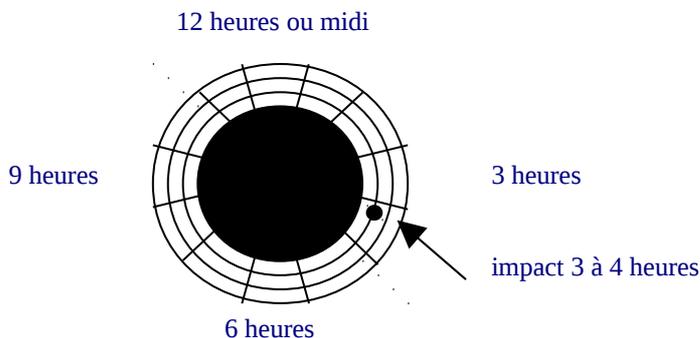
THEORIE

## Définition :

C'est le travail fait en enregistrant l'image de visée vue à l'instant du départ du coup et la comparaison avec l'impact en cible.

## Schéma :

Localisation des impacts : le visuel est divisé en 12 zones comme une montre.



PRATIQUE

## Séquence réalité (-;-)

Vous êtes en visée, juste avant le lâcher. Toutes vos sensations sont positives, vous allez donc lâcher.

1. Au moment du départ, vous notez mentalement la zone d'impact par la vision de l'image perçue (\*). Vous poursuivez votre séquence de tir. Vous ramenez votre cible.
2. Vous comparez l'image perçue au moment du lâcher avec l'impact de la cible (\*).
3. Puis vous analysez l'écart éventuel (\*).

Les points (\*) sont les points essentiels à travailler dans la séquence.

Cette analyse doit vous permettre de cerner vos points techniques à travailler. Elle vous renverra vers des points techniques tels que le lâcher, la position, ...

Votre expérience future (et celle des autres tireurs) vous permettra d'analyser correctement un écart. Car une erreur peut être souvent interprétée de plusieurs façons (par exemple, un impact à l'écart d'un groupement peut venir d'un coup de doigt, d'une position incorrecte, d'une erreur de visée...).

N'hésitez pas à corriger suites à **des** annonces mauvaises. Prenez toujours la précaution d'avoir un nombre d'impacts significatif et une direction d'erreur cohérente. Si les erreurs vont dans tous les sens ne touchez à rien.

D'autre part, un impact à l'écart d'un bon groupement n'est pas significatif. Et n'aura pas de correction.

## EXERCICES

- Annoncer en essayant de donner l'arrivée probable de l'impact sur l'information visuelle de la ligne de mire au départ du coup (Durée 10 coups réels sur visuel)
- Annoncer en essayant de donner l'arrivée probable de l'impact sur l'information visuelle position ligne de mire / visuel (Durée 10 coups réels sur visuel)
- Annoncer en essayant de donner l'arrivée probable de l'impact sur la qualité de la sensation du décrochage de la détente (Durée 10 coups réels sur visuel)

ERREUR	DIAGNOSTIC	SOLUTION
Annonce incorrecte se répétant	Correction insuffisante	Amplifiez la correction
	Persistance rétinienne	Cessez de fixer la cible, regardez une autre surface, verte de préférence pour renouveler l'image perçue par votre œil.
Annonce s'aggravant	Correction dans le mauvais sens	Annulez la précédente correction et faites en une dans le bon sens

**Bon courage et bon tir.**

Vous pouvez vous adresser au rédacteur si vous souhaitez des précisions, des éclaircissements ou nous faire part de vos remarques. Envoyez un courriel par le site du club ( <http://www.societedetir-macon.fr> ) en précisant « STM-formation » dans la ligne objet.