

Noah Delémont tire en plein dans le mille

On a testé pour vous Avec le défenseur orvinois du HC Bienne, Le JdJ a suivi une initiation au tir à l'arc menée par la Biennoise Nadia Gautschi, participante aux Jeux olympiques de Séoul en 1988. Chaud devant!

Bryan Camilotto

Photos Tanja Lander

«Je me réjouis de tester cette discipline!» s'exclame Noah Delémont. En dehors de la glace, le hockeyeur originaire d'Orvin adore s'adonner à toutes sortes de sports. «Par contre, j'espère vraiment que je vais te battre», lâche-t-il d'un air compétitif, sachant que notre petite rivalité sans méchanceté prend toujours place dans les activités que nous réalisons ensemble. Pour lui, le tir à l'arc n'est pas tout à fait une nouveauté puisqu'il a déjà pu s'y consacrer de manière récréative. Une base d'explications détaillées est néanmoins nécessaire avant de nous lancer.

Pour ce faire, nous sommes accueillis par Nadia Gautschi, membre depuis des décennies du club de tir à l'arc de Bienne (CTAB) et ancienne participante aux Jeux olympiques, il y a 35 ans. Au fait de tous les rouages de cette discipline, elle tente de nous transmettre au mieux son savoir sur les deux heures de tir intenses, le tout dans la bonne humeur.

Plus difficile qu'il n'y paraît

Dans un premier temps, nous avons droit à un tour des lieux dans la cabane militaire du club, puis l'archère biennoise nous donne une explication complète des deux types d'arc existants. Elle poursuit en présentant les caractéristiques de ce sport peusui en Europe. «Le tir à l'arc, c'est 70% de mental, 20% de force physique et 10% de matériel», révèle Nadia Gautschi. Avec Noah Delémont, nous avions de la peine à imaginer l'effort demandé, mais nous avons vite compris pourquoi lors de notre initiation.

Une fois la théorie dispensée, place à la pratique. Il faut tout d'abord déterminer quel œil sert de visée pour savoir quelle main arme la corde. La



Malgré leur rivalité amicale, le journaliste Bryan Camilotto (à gauche) et Noah Delémont n'ont pas oublié de s'amuser lors de leur initiation.

taille de l'archer fait également varier le type d'arc. «Il y a énormément de paramètres à prendre en compte. Si une petite chose est déréglée sur votre arc personnel, vous ne serez plus du tout précis», assure l'institutrice de 69 ans.

Un automatisme à acquérir

Après avoir reçu les arcs correspondants à notre morphologie et à notre niveau, nous nous

dirigeons sur le pas de tir. Pour assimiler le mouvement, nous prenons la position et effectuons le geste nécessaire dans le vide. Nous saisissons ensuite nos premières flèches et nous armons pour la première fois sur une cible vierge. «Tous les tireurs effectuent leur échauffement sur cette cible. Cela permet de se calibrer correctement avec son arme. C'est comme un footing pour se mettre

en jambe», précise notre institutrice de tir.

Suite aux précieux conseils distillés par Nadia Gautschi, nous prenons gentiment le coup et quelques flèches plus tard, nous nous dirigeons face à la vraie cible. Nous nous trouvons à une distance d'environ 5 m, et les premiers essais ne sont pas très concluants. «Pour acquérir un niveau moyen, il faut au moins quatre ans de

pratique», indique la tireuse à l'arc, nous laissant bouches bées.

Mais au fur et à mesure de la séance, nous nous rapprochons gentiment du centre de la cible. C'est à ce moment-là que Noah Delémont, ne tenant plus en place, ambitionne de commencer le concours à environ 8 m. «On tire neuf flèches et on regarde qui est le meilleur», annonce-t-il d'un air assuré pour tenter de me déconcentrer.

Discret mais vivant

Comptant près de 70 membres, le club de tir à l'arc de Bienne (CTAB) baigne dans la bonne humeur et ne veut pas que cela s'arrête. Fondé il y a plus de 50 ans, le club compte essentiellement des archers qui se retrouvent sur le pas de tir pour goûter aux plaisirs du sport, mais ne sont pas (ou plus) dans la compétition active.

Située proche de la gare de Bienne, la petite cabane militaire permet aux sociétaires de tirer à l'air libre et de s'organiser des grillades après l'entraînement. Pour le tir à l'arc indoor, le club a pu rénover un galetas à l'Arsenal de Bienne, lui permettant d'avoir une belle salle utilisable par tous les temps. Il est possible d'y tirer à la distance officielle en intérieur, à 18 m de la cible.

La multiple participante aux championnats du monde Nadia Gautschi propose dorénavant des cours avec l'Université populaire de Bienne. Toute personne intéressée à une initiation dans le monde du tir à l'arc avec le CTAB y est la bienvenue et sera accueillie à bras ouverts par l'institutrice remplie de ressources et de bons conseils.

Bien positionnés, tenant notre corde du bout des doigts avec une grande concentration, ni lui ni moi ne voulons perdre. Malheureusement pour moi, Noah Delémont réalise des séries de tir assez précises et régulières qui lui permettent de prendre le dessus. Mon mécontentement peut se lire sur mon visage, mais je ne m'avoue pas vaincu en lui proposant une deuxième salve.

Une bataille sans merci

Comme à son habitude, l'Orvinois trouve toujours le petit mot pour me déconcentrer. Pari réussi pour lui, car je ne parviens pas à rester régulier sur mes tirs. Noah Delémont esquisse un grand sourire en repartant du pas de tir, satisfait de sa performance. Ainsi, le jeune défenseur peut s'assurer une reconversion dans le tir à l'arc si le monde du hockey sur glace ne veut plus de lui. Mais il lui faudra encore un peu d'entraînement, car ses douleurs aux doigts ont rendu le serrage des patins difficile le lendemain de la séance. On n'a rien sans rien!

A Séoul, l'expérience inoubliable de Nadia Gautschi

Le tir à l'arc est présent aux Jeux olympiques depuis 1900, lors de sa deuxième édition. La discipline a été retirée de la compétition en 1920 pour finalement revenir en 1972. Les épreuves à réaliser ont beaucoup varié, mais désormais les hommes et les femmes se trouvent toujours à 70 m de la cible lors de l'épreuve olympique. «Les cordes ont une tension de 35 à 45 livres (réd: 15,9 à 20,4 kg) pour les hommes et aux alentours des 30 livres (réd: 13,6 kg) pour les femmes», indique

Nadia Gautschi. D'où l'importance de la force au tir à l'arc, car il faut pouvoir enchaîner des centaines de flèches en tirant sur cette corde. «Cela peut représenter des tonnes à tirer sur un concours.»

La Biennoise de 69 ans s'est rendu en 1988 à Séoul pour ses premiers et seuls Jeux olympiques. Elle a su se qualifier grâce à sa très bonne performance aux championnats d'Europe la même année. Très suivi en Asie, le tir à l'arc était l'une des épreuves phares pour le pays

hôte. «Lorsque je suis arrivée sur le pas de tir, il y avait des milliers de personnes qui me regardaient, c'était impressionnant. On m'arrêtaient même dans la rue pour prendre des photos avec moi!» s'exclame Nadia Gautschi, qui n'avait pas l'habitude de concourir face à autant de monde. Désormais, la Seelandaise ne pratique plus en compétition, mais continue à tirer occasionnellement pour le plaisir. «J'ai envie de garder mes souvenirs et je ne veux pas me retrouver frustrée par mes résultats.»



Nadia Gautschi ne perd jamais son sourire, surtout s'il s'agit de dévoiler son sport à des initiés.

Info+: Découvrez davantage de photos de notre initiation au tir à l'arc sur Ajour.