



La stabilisation centrale et latérale. Amortisseur

Un bon équilibre de ton arc est essentiel pour des tirs précis et stables. Avec l'utilisation de stabilisateurs (extension, centrale, latéraux, V-barre), de masses et d'amortisseurs de vibrations, tu peux ajuster ton arc pour qu'il soit parfaitement adapté à ta manière de tirer. Voici un guide pour t'aider à trouver le bon équilibre !

1. Stabilisation centrale (stabilisateur principal)

Le stabilisateur central se fixe à l'avant de la poignée de ton arc. Il est essentiel pour :

- Réduire les vibrations qui se produisent lors du tir.
- Ajouter de la stabilité et améliorer la prise de visée.

Réglage :

- Choisis un stabilisateur avec un poids et une longueur adaptée à ton arc. Un stabilisateur plus long et plus lourd offre plus de stabilité, mais peut être plus fatigant à maintenir.
- Ajuste le poids du stabilisateur central pour que ton arc soit bien équilibré lorsque tu tiens la position de tir.

2. V-barre et stabilisateurs latéraux

La V-barre se fixe à la base du stabilisateur central, après ou sans extension et permet de fixer des stabilisateurs latéraux à chaque côté de l'arc. Elle te permet de mieux gérer l'équilibre et les mouvements latéraux de ton arc.

Réglage :

- V-barre : Ajuste l'angle de la V-barre pour obtenir un bon alignement avec les stabilisateurs latéraux. Un angle plus incliné augmente la stabilité, mais un angle trop fort peut rendre l'arc difficile à manier.
- Stabilisateurs latéraux : Ils aident à réduire les mouvements latéraux. Ils doivent être équilibrés et bien fixés pour éviter que l'arc ne bascule d'un côté. Ajuste leur poids pour corriger tout déséquilibre de l'arc.

3. Masses : affiner l'équilibre

Les masses (poids supplémentaires) peuvent être ajoutées aux stabilisateurs (central et latéraux) ou à l'extrémité sur la poignée. Elles permettent d'ajuster finement l'équilibre de l'arc.

Réglage :

- Masses avant : Si ton arc bascule trop vers l'arrière, ajoute des masses à l'avant pour contrebalancer. Cela rend l'arc plus stable.
- Masses latérales : Si l'arc penche d'un côté, ajuste les stabilisateurs latéraux avec des masses supplémentaires pour corriger cet aspect.
- Poids en fonction de la puissance de l'arc : Plus ton arc est puissant (grande traction de corde), plus il génère de vibrations et de mouvements. Dans ce cas, il te faudra des stabilisateurs plus lourds et des masses plus importantes pour neutraliser l'impact.

4. Amortisseurs de vibrations

Les amortisseurs de vibrations (souvent placés sur les stabilisateurs ou la poignée de l'arc) sont là pour absorber l'énergie générée lors du tir, réduisant ainsi les vibrations de l'arc.

Réglage :

- Place les amortisseurs sur le stabilisateur central ou à l'avant de l'arc pour réduire les vibrations après le tir. Le choix de l'amortisseur est capital, certains ne servent à rien. Pour régler l'absorption de vibration, teste plus ou moins de masses après l'amortisseur en tapant sur le bord de la poupée



LES ARCHERS NAZAIRIENS FORMATION DEBUTANTS

de la branche l'arc tenue à l'horizontal, tu peux ainsi observer les retours de vibrations. (Amortisseur arc système AIM tulipe M8 est une valeur sûre pour le central)

- Certains arcs ont des amortisseurs supplémentaires qui se fixent sur les branches ou les câbles pour encore plus d'efficacité. Teste différentes positions pour minimiser les secousses sans ajouter trop de poids supplémentaire.

5. Trouver le point d'équilibre est un processus d'essais et d'ajustements. Voici comment procéder :

1. Commence avec un stabilisateur central de taille et de poids modérés. Fixe ta V-barre et les stabilisateurs latéraux, en ajustant l'angle de la barre pour éviter tout déséquilibre.
2. Ajoute des masses progressivement. Teste différentes configurations pour sentir la différence. Ajoute des masses à l'avant pour stabiliser l'arc si nécessaire, et ajuste les latéraux pour éviter qu'il ne penche d'un côté.
3. Utilise les amortisseurs pour réduire les vibrations et améliorer ton confort après chaque tir.
4. Test de tir : Tiens l'arc et fais un tir d'essai. Si l'arc tremble trop, ajoute plus de poids sur les stabilisateurs pour plus de stabilité. Si l'arc bascule vers l'avant ou l'arrière, ajuste les masses en conséquence.

Le point d'équilibre idéal est celui où ton arc ne penche ni vers l'avant ni vers l'arrière, et où tu peux maintenir une position stable sans trop d'effort. L'arc doit être confortable à tenir, et les vibrations doivent être réduites au minimum.



Au moment de la décoche, un arc bien équilibré doit sortir de la main à l'horizontal puis basculer après un léger temps mort.

- Si le stabilisateur central donne une impulsion vers le haut avant de basculer, il faut alourdir le central, et/ou alléger les latéraux, et/ou réduire l'angle entre les latéraux et le central.
- Si l'arc bascule trop vite, il faut alléger le central, et/ou alourdir les latéraux et/ou augmenter l'angle entre les latéraux et le central.

Sur certain modèle, le V-Bar coulisse sur le central pour permettre le réglage de l'équilibre