

Séance 8 :

Tir de vitesse : attente et attaque

Rappels de la séance précédente

Au cours de la séance précédente, nous avons vu la prise en mains et la position de tir à deux mains.

But de la séance

Le but de cette séance est de voir comment, en tir de vitesse, se fait l'attaque de la cible et la visée, depuis la position d'attente à 45 ° jusqu'au premier coup tiré et l'enchaînement avec le suivant.

L'échauffement

Non, non, non, on n'y coupe toujours pas...

Reportez vous à la séance précédente et suivez les consignes d'échauffement.

Petit temps de préparation

Sortez vos armes, mettez-les en sécurité puis commencez (trois minutes) par quelques visées et tirs à sec pour retrouver les sensations de votre arme et vous approprier le poste de tir.

Le tir de vitesse en TAR

Le tir de vitesse est une partie spécifique des épreuves de tir à l'arme de poing qui exige de tirer 5 coups dans des temps relativement courts de 20 et 10 secondes.

Dans le cas de la vitesse militaire (épreuve 831), ce tir se réalise sur une cible vitesse. Les 5 coups se font sur la même cible. La difficulté vient que les points sont comptés du 10 au 5 en fonction de l'écartement de l'impact au centre de la cible. La notion de précision de tir reste donc là très importante.

Dans le cas de la discipline Pistolet-Revolver (830), ce tir se réalise sur une série de 5 gongs de 20x20 cm espacés entre eux de 20 cm. Le but du tir est de faire tomber les 5 gongs dans une même série de 5 cartouches. L'efficacité prime ici sur la précision pure, mais il ne faut pas sortir de la zone du 9, grosso modo, pour faire tomber un gong.

Dans les deux cas, les séries de tir se font depuis une position d'attente où l'arme est tenue décollée de la tablette, bras tendus, à 45 ° de la verticale du corps.

L'attente et l'attaque

L'attaque représente la phase de montée de l'arme, de la position d'attente à 45 ° au départ du premier coup.

La position d'attente n'est pas une bête prise en main de l'arme placée à 45 ° au moment où l'arbitre annonce « *Attention !* » mais le résultat d'un processus de préparation soignée qui va permettre de tirer la première cartouche de manière rapide et efficace.

Pour cela, il convient de bien connaître et comprendre les commandements de tir donnés par les arbitres.

La séquence de tir commence avec le commandement suivant : « *Pour une série de 5 cartouches en vitesse, chargez !* ». A partir de ce moment-là, l'arbitre actionne son chronomètre pour précisément une minute.

Pendant ce temps, les tireurs, approvisionnent, chargent leur arme et se préparent à tirer. Au bout de la minute, vient le commandement « *Attention !* ». L'arme doit être placée à 45 °.

Sept secondes après, l'ordre de tir est donné : « *Tirez !* ». Là débute la séquence de tir. A partir de ce moment-là, on monte l'arme en visée et on commence la séquence de tir.

1^{er} exercice : Prise de la position d'attente à 45 °

Vis-à-vis des commandements énoncés ci-dessus, il ne faut pas être attentiste et les subir mais les connaître, les devancer et les exploiter.

Ainsi, si on a sur la table un chrono que l'on met en route au moment où l'arbitre dit « *Chargez !* » (ou à défaut la trotteuse d'une montre qu'on surveille), on sait que, très exactement une minute après, viendra le commandement « *Attention !* ». Il sera temps alors de se placer en position d'attente l'arme à 45 °.

Donc, après avoir approvisionné et chargé son arme tout en surveillant son chronomètre ou sa montre, on profite du temps restant pour faire toutes ses vérifications de position et de placement par rapport à la cible.

Quand il ne reste que de 5 à 10 secondes avant la fin de la minute, on se met en visée en position de tir.

Quand vient le commandement « *Attention !* », on baisse l'arme à 45 ° tout en gardant le regard fixé sur la cible.

Pourquoi cela ? Parce que, pour monter son arme en ayant les instruments de visée bien axés, il est plus facile de le faire à partir d'une position de visée puis en redescendant l'arme à 45 °!

Si vous vous appliquez à cela et que vous vérifiez ensuite la position du guidon dans le cran de hausse une fois l'arme revenue à 45 °, vous constaterez qu'ils ne sont plus alignés. Inversement, si vous alignez vos instruments de visée quand l'arme est à 45 °, il y a peu de chances que vous les retrouviez alignés une fois l'arme en position de tir sans devoir faire de correction.

C'est pour ça qu'il faut partir de la position de tir en visée en haut, pour bien placer son arme à 45 °, et ceci sans se préoccuper de l'alignement des instruments de visée en bas.

S'ils sont bien alignés en haut, ils reviendront bien alignés en haut à la montée de l'arme.

Faites plusieurs fois cet exercice de viser en haut, descendre le bras à la position d'attente puis remonter et constater que les instruments de visée sont de nouveau bien alignés.

Faites aussi l'exercice inverse en alignant les instruments de visée en bas à 45 ° et constatez à la montée du bras qu'ils sont désalignés en arrivant en haut.

2^e exercice : Guetter le départ du tir

En TAR, les commandements sont généralement annoncés à la voix ou au sifflet. Il est donc inutile de guetter l'ouverture de la cible, hormis le cas particulier où une ciblerie automatique serait utilisée. L'œil peut donc regarder assez bas en direction des instruments de visée, de manière à les suivre tout au long de la montée du bras.

Cela facilite aussi l'accommodation sur les instruments de visée et non sur la cible pour éviter les erreurs de visées angulaires, très préjudiciables au résultat.

Point important, c'est l'œil qui descend vers les mains et non la tête, car sinon la posture que nous avons construite et vérifiée dans la minute de préparation serait modifiée et, donc, l'alignement en visée remis en cause.

Attention ! Comme nous l'avons vu aussi ci-dessus, il faut résister à la tentation de réaligner les instruments de visée en bas. Il faut les conserver tels qu'ils sont, et on observera au cours de la montée du bras que le guidon vient naturellement se placer au centre du cran de hausse comme il avait été placé au commandement « *Attention !* ».

La position du doigt : dans la position d'attente, l'index est placé sur la détente sur le point dur. Le rattrapage du jeu a été fait, et on se tient prêt à engager un lâcher qui se fera tout au long de la montée du bras.

N'ayez pas peur de poser le doigt sur la queue de détente : avec le poids qu'exige le réglage, il y a peu de risques, même dans un accès de fébrilité, que vous vous fassiez une taupe...

3^e exercice : La montée du bras et l'attaque

Nous allons commencer par la vitesse militaire, sur cible vitesse, donc (couramment appelée aussi cible VM).

Rentrons maintenant dans le vif du sujet : comment passer de cette position d'attente à 45 ° à ce premier coup tiré tout en étant efficace.

Oublions de suite la technique qui consiste à monter son bras comme on peut puis à s'appliquer à faire un lâcher-visée correct à la mode précision. Cela peut être efficace pour la première cartouche de la série de 20 secondes, mais cela ne marche assurément pas pour la série de 10 secondes, où justement chaque seconde est comptée.

Il faut donc réaliser son lâcher tout en montant l'arme, de telle manière que le coup parte au moment où on la stabilise sur le point visé.

Je ne précise pas, et c'est volontaire, s'il s'agit du centre de la cible de vitesse ou celui d'un gong, car les deux sont tirés de la même manière, tout au moins pour la première cartouche, c'est-à-dire l'attaque.

Cette montée du bras se fait sans précipitation, en attrapant rapidement du regard ses instruments de visée en en accommodant sur eux tout en effectuant un lâcher progressif qui devra décrocher au bon moment, c'est-à-dire à l'arrivée stabilisée sur le point visé.

Tout le travail d'entraînement aura pour but de synchroniser le lâcher et la montée du bras. Pour cela, il faut d'abord se forcer à monter « lentement », en prenant son temps, sans précipitation aucune, de manière à bien sentir la montée en pression du doigt sur la queue de détente, depuis le point dur jusqu'au décrochage.

Pour y arriver, il faut d'abord se persuader que c'est faisable, et ensuite il faut « bouffer de la cartouche » pour comprendre le mécanisme et en affiner le résultat.

Alors commencez par tirer des séries de cartouches en ne faisant que des attaques, une par une. C'est-à-dire en partant du point visé, descente du bras à 45 °, stabilisation et attente, montée en appuyant jusqu'au départ du coup.

Vous devez être « surpris » par le départ et ne pas le provoquer.

Si vous arrivez stabilisé au point visé et que le coup n'est pas parti, ne le tirez pas. Reprenez l'exercice en appuyant plus fort ou plus vite.

Vous pouvez choisir d'appuyer l'index de manière continue sur la queue de détente dès le début de la montée ou choisir de commencer votre lâcher à mi-distance. Ce sera en fonction de votre goût et du profil et du poids de votre détente.

Ce qui est important, c'est d'arriver à bien réaliser cet exercice afin que le coup parte au moment de la stabilisation, ou avant. Mais jamais après. Sinon vous risquez de faire un **départ provoqué**, avec à la clé un gros coup de doigt, qui peut même se terminer hors cible.

Au résultat en cible, si vous vous êtes appliqué dans la réalisation de l'exercice, vous verrez que vos impacts se situent sur une ligne verticale allant du bas de la cible à son centre mais sans gros écarts dus à des coups de doigts vers la gauche ou la droite.

Travaillez, travaillez et travaillez encore, c'est le secret de la réussite.

Pensez aussi « mental », c'est-à-dire en vous donnant la consigne de tirer comme cela avant de monter le bras, essayez de visualiser la montée en pression de votre doigt sur la queue de détente, associée au déplacement vertical de l'arme.

Reproduisez aussi ce geste sans arme en associant mouvement du bras synchrone avec celui de l'index. Travaillez le aussi en tir à sec jusqu'à qu'il soit bien compris et réalisé...

C'est un investissement qui demande du travail mais qui, je vous l'assure, sera profitable.

4^e exercice : le doublé en vitesse militaire.

Essayons maintenant d'ajouter un deuxième coup derrière l'attaque.

Rappelez-vous que, à la séance précédente, je vous avais demandé d'observer le saut de bouche de votre arme, c'est-à-dire de quelle manière et de quel côté se fait le mouvement de votre arme au départ du coup, c'est-à-dire le recul. L'idée est d'enchaîner le deuxième coup en essayant de mettre à profit ce saut de bouche et de répéter la séquence d'attaque que nous venons de voir.

Le premier coup vient de partir, la bouche du canon de votre pistolet vient de sauter en haut puis à gauche (c'est généralement le cas avec un pistolet à éjection à droite). Dans ce cas, on va accompagner le mouvement par un grand demi-cercle fait avec votre arme de manière à ramener la position de l'arme bien en dessous du point visé et reprendre une séquence de montée – lâcher qui se terminera par le départ du coup à l'arrivée au point visé.

Nous ne faisons simplement que reproduire le mouvement que nous avons vu et travaillé à l'exercice précédent lors de l'apprentissage de l'attaque.

Pourquoi cette technique ? Simplement pour vous faire travailler une coordination lâcher-visée en mouvement qui sera exempte de coup de doigt : il faut faire un lâcher propre tout en bougeant et non pas chercher une immobilité sur le point visé et arracher un départ comme beaucoup de débutants ont tendance à le faire...

Alors entraînez-vous à travailler cet enchaînement, jusqu'à bien le maîtriser. C'est la clé du succès !

5^e exercice : Petit jeu pour terminer

Eh bien maintenant, c'est au pied du mur qu'on voit le maçon... Essayez maintenant d'enchaîner 4 séries de 5 coups en tir de vitesse, en reproduisant à chacun des coups autres que l'attaque de la technique du doublé telle que nous venons de la voir.

A aucun moment, au cours de cette séance, je n'ai parlé de chronomètre ou de temps. Donc on fait simplement le geste, sans contrainte de temps mais sans reposer.

Le gagnant sera celui qui aura le groupement le moins large en latéral.

Fin de la séance

Mettez et assurez vos armes en sécurité, rangez votre matériel en rapportant la mallette à votre poste de tir. Prenez quelques notes sur ce que vous avez trouvé intéressant dans le carnet que vous réservez à vos séances.