

Tirer les deux yeux ouverts

S'il n'est pas instinctif, le tir avec les deux yeux ouverts n'en est pas pour autant moins efficace. Dès qu'il s'agit d'aligner trois points dans l'espace au travers d'un dispositif de visée, l'œil non directeur se ferme spontanément. Pourtant, ce réflexe n'est pas forcément garant d'un résultat optimal.

La situation dans l'espace et la gestion de l'équilibre seront meilleurs les deux yeux ouverts. Le champ de vision sera également augmenté. Fermer un œil demande un effort, même aussi faible soit-il, il impose une contrainte supplémentaire au corps. C'est pourquoi l'archer semble se crispier en fermant un œil ...

Avec l'habitude, l'œil de visée devient plus fort et prend le dessus, l'œil opposé s'efface, même en restant ouvert. C'est encore un mouvement de moins à penser dans notre fameuse économie d'énergie !

Dans cette vidéo proposée en exemple sur YouTube « Aiming a recurve bow » (viser avec un arc classique), la technique est expliquée de manière très simple.

<https://youtu.be/HnmnMhLjmuU>

Ce qu'il faut retenir de cette vidéo, pour un droitier :

- La mise au point ne doit jamais se faire sur le viseur mais sur la cible. Dans le cas du « focus » sur le viseur, l'archer voit deux cibles, avec l'image parasite à gauche de celle réellement visée.
- La visée avec focus sur la cible génère un dédoublement du viseur, mais l'image parasite placée à droite devrait disparaître derrière la poignée.
- La corde peut être positionnée à deux endroits différents. Soit juste à droite de l'ocilleton du viseur, ou de préférence aligné sur la poignée.
- Attention lors du tir en extérieur à l'effet de la lumière du soleil qui peut faire varier au fil du temps, la position de la corde le long de la poignée.
- Que vous armement et votre visée finale se fasse par le haut ou par le bas de la cible, il est important de toujours procéder de la même manière.

Pour un gaucher, inverser le positionnement.