



J'AI TESTÉ POUR VOUS

# Le Robin des bois du XXI<sup>e</sup> siècle

**MOLÉSON** • *Un arc, trois flèches et beaucoup de concentration, voilà la panoplie parfaite de l'apprenti archer. Une expérience hors du commun sortie des contes de fées.*

**DENISE CHATAGNY**

Bottes de cow-boy, queue de cheval et un arc à la main. Pierre-Alain Lambelet m'accueille l'air enjoué à la buvette du Moléson. C'est donc à ça que ressemble un archer de la Gruyère. Membre de l'Arc Club Moléson depuis dix-huit ans, ce passionné me prend sous son aile le temps d'une initiation. J'ai testé pour vous ce sport qui gagne à être connu.

Après une rapide explication des catégories d'arc et des techniques de tir, j'empoigne mon arme et lance ma première flèche. Aïe. Ma maladroite visette se dévoile dans toute sa splendeur. Mon instructeur ne cache pas un petit sourire taquin. Parallèle à la cible, les épaules en arrière et la tête droite, je raidis à nouveau mon arc. La tension de près de 9 kg fait trembler mon bras gauche. Une fois maîtrisée, je me concentre et vise le bout de ma flèche vers la cible. Cette fois, c'est touché. «Tout est dans la tête, il faut se concentrer et arrêter de bouger», m'explique Pierre-Alain Lambelet. Grâce aux conseils avisés de l'archer, je tire encore quelques flèches qui s'approchent étonnamment du centre de la cible. C'est à ce moment qu'il me confie une technique imparable. «Pour entraîner la position des épaules, il suffit de faire tenir une chope de bière entre les omoplates.» Oui, mais ça n'aide pas vraiment à la concentration... Un autre stratagème déconcertant semble faire ses preuves. «Quand on part en vrille et qu'on n'arrive plus à se concentrer, on ferme les yeux et on tire. Cela permet de nous focaliser sur les gestes et de regrouper les flèches sur la cible», me souffle l'archer, qui s'entraîne tout de même depuis vingt ans.

«L'arc est vieux comme le monde, ça a eu le temps d'évoluer.» Effectivement, le club possède des arcs très variés. Les premiers, les «instinctifs» sont les plus simples, «c'est l'arc de Robin des bois». Il y a ensuite les «olympiques», qui eux ont un viseur et un stabilisateur. Viennent enfin les «Compound», des arcs à poulies.

«Le viseur et les loupes de ce modèle permettent une visée très précise», explique encore l'archer. «Il faut être un peu fêlé pour ce sport», me lance joyeusement mon mentor. C'est après cette rassurante révélation que nous nous enfonçons dans la forêt. Là, je découvre un parcours jonché de figurines animalières grandeur



«Pour entraîner la position des épaules, il suffit de faire tenir une chope de bière entre les omoplates». Voici l'une des nombreuses astuces de Pierre-Alain Lambelet, membre de l'Arc Club Moléson. JULIEN CHAVAILLAZ



nature. La chasse peut alors commencer.

**Je me prends** au jeu et commence à guetter le faux gibier, mon «Bare-bow» sur le dos et mes flèches en carbone dans la poche arrière. Tout en marchant, mon guide m'avoue ne s'entraîner que pour une chose,

«pour aller chasser». Régulièrement, le chasseur part aux Etats-Unis et au Canada traquer les bêtes. Il ajoute toutefois que ce qui l'attire réellement dans cette activité est «la préparation mentale qu'elle nécessite, le gibier est un plus». La promenade terminée, je fais les comptes. Au total j'aurai tué un ours, un cerf, un

daim et un arbre qui s'était miraculeusement déplacé devant ma cible.

**L'avant-bras** rouge des claquages de la corde mais ravie de l'expérience, je rejoins la buvette où Michel Wenger, secrétaire du club, m'attend avec un formulaire d'adhésion. Tiens, pourquoi pas? I

## REPÈRES

> **Où:** terrain de tir derrière la buvette du Moléson et derrière le tennis de Bulle. Parcours de 40 cibles à Moléson.

> **Quand:** cours les mercredis dès 18 h, les samedis après midi et les dimanches matin dès 8 h.

> **Pour qui:** pour tous, dès l'âge de 10 ans.

> **Matériel:** arcs et flèches à disposition pour les initiations et le début des entraînements.

> **Club:** l'Arc-Club Moléson a été fondé en 1986. Il compte à ce jour 77 membres et fait partie de l'Association suisse du tir à l'arc et du Field Archery Association Switzerland.

> **Activités:** le club accueillera le championnat suisse 3D les 12 et 13 septembre 2009. Tous les archers titulaires d'une licence peuvent y participer.

> **Coûts:** la cotisation est de 125 fr. par année. Pour obtenir une licence et participer aux tournois, une taxe de 90 fr. est à payer à l'ASTA. Un arc d'initiation vaut 150 fr. alors qu'un «Olympique» varie entre 150 et 3000 fr.

> **Contact:** Michel Wenger, secrétaire, au 026 921 35 44. DC