



Elast'arc

Appareil d'entraînement se montant sur un arc et servant à travailler les fondamentaux techniques sans tirer de flèches



Matériel à utiliser :

- A = Corde nylon de 2,5 mm de diamètre (épaisseur de tranche fil d'une corde)
- B = Élastique de 6 mm de diamètre (Élastique de bâche à camion)
- C = Corde nylon de 2,5 mm de diamètre
- D = Corde nylon de 2,5 mm de diamètre

Longueur de coupe pour la fabrication d'élast'arc s'utilisant sur des arcs de 54" et 58"

- A = 50 mm
- B = 30 mm
- C = 30 mm
- D = A couper après avoir fait les boucles de la poupée

Longueur de coupe pour la fabrication d'élast'arc s'utilisant sur des arcs de 62" et 64"

- A = 55 mm
- B = 35 mm
- C = 35 mm
- D = A couper après avoir fait les boucles de la poupée

Longueur de coupe pour la fabrication d'élast'arc s'utilisant sur des arcs de 66", 68" et 70"

- A = 55 mm
- B = 40 mm
- C = 40 mm
- D = A couper après avoir fait les boucles de la poupée

PROCÉDÉ DE FABRICATION

Pour la fabrication il vous faut une paire de ciseaux, un mètre et un briquet



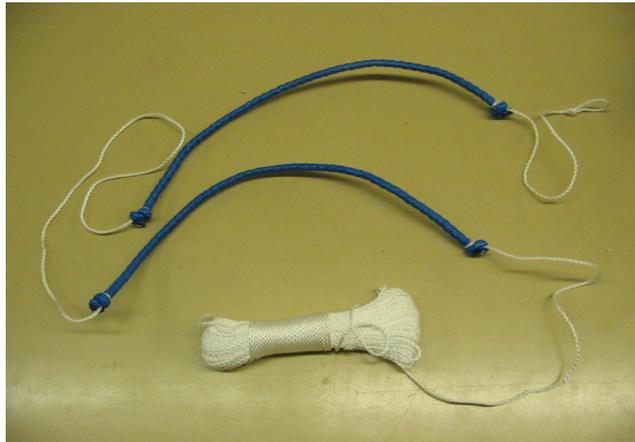
- Couper les éléments de fabrication suivant les mesures indiquées plus haut
- Faire une boucle sur C de 30 mm maximum



- Fixer C et B1 par des nœuds simples et brûler les extrémités



- Répéter l'opération entre B1 et A puis entre A et B2 et pour finir entre B2 et D



- Monter l'élast'arc sur l'arc le plus petit suivant le choix de taille et faire une 1^{ère} boucle de 30 mm maxi
Tendre l'élast'arc pour avoir une tension minimum sur B1 et B2



- Finir l'élast'arc en faisant des boucles espacées d'un pouce (25 mm environ) sur D

