

Découvrir le lâcher

Le “lâcher” désigne l’action du doigt sur la queue de détente qui entraîne le départ du projectile. C’est un des moments emblématiques du tir sportif, puisque, quelle que soit la discipline pratiquée, le tir est caractérisé par une action sur une détente.

C’est également la phase déterminante de la séquence de tir qui, si elle est bien réalisée, ne désaligne pas l’arme au moment du départ du coup !

Un bon lâcher laisse l’arme stable au départ du coup, ou n’amplifie pas ses mouvements si elle bouge légèrement. Dans le cas contraire on parle de “coup de doigt”. Ce défaut, courant au stade de la découverte et de l’initiation, est très limitant dans la progression du tireur puisqu’il ne permet pas d’atteindre le point visé. Sans un lâcher correct, on ne peut pas bien tirer.

Placement du doigt sur la queue de détente

- **Phase de sécurité :** pendant la manipulation de l’arme, l’index est allongé sur la crosse ou la carcasse, au dessus du pontet, sans être en contact avec la queue de détente. Une fois en visée, on peut amener le doigt sur la queue de détente.
- **Phase de position :** Il faut poser la pulpe de l’index (3^e phalange) toujours au même endroit sur la queue de détente.

Prise en main et serrage de la crosse

Une prise en main régulière de l’arme, favorisera le positionnement et l’action du doigt sur la queue de détente. L’action de serrage consiste à maintenir une pression d’ensemble équilibrée, permettant en partie le verrouillage du poignet (pistolet).

C’est grâce au maintien d’une pression uniforme de la main sur la poignée que l’index va pouvoir développer une action individualisée de flexion.



Action du doigt

C'est la pression du doigt sur la queue de détente qui agit sur le mécanisme interne, ce qui libère le chien ou le marteau de percussion. Enfin, le mouvement du percuteur entraîne immédiatement le départ du coup.

Lors de la pression sur la queue de détente, le tireur ressent une dureté qui correspond au début de la résistance du mécanisme et qu'on appelle le point dur. A partir du point dur, l'action du doigt

doit être progressive et continue jusqu'au départ du coup. Elle doit s'effectuer dans l'axe du canon, d'avant vers l'arrière. Sa durée doit être suffisamment longue ($>$ à 3 sec) pour avoir le temps d'absorber le poids, et suffisamment courte ($<$ 6 sec) pour faire partir le coup avant d'entrer dans une période de grande instabilité.

Le tireur ne doit pas connaître le moment exact du départ du coup ; s'il exerce réellement une action progressive, il doit être légèrement surpris au moment de la percussion et son doigt doit continuer sa pression sur la queue de détente.

