

Saint-Jacques-de-la-Lande

À 14 ou 59 ans, la même passion pour le tir à l'arc

Claude Sorais et Marie Le Clainche ne sont pas de la même génération. Le premier, expérimenté, distille ses conseils à la jeune fille. Troisième volet d'une série de cinq portraits de sportifs.

1 2 3 4 5

Portrait

Arcs bandés et concentration extrême pour Marie Le Clainche et Claude Sorais, face à leurs cibles, dans la salle des Archers de la Lande, lundi soir. La même passion du tir à l'arc réunit la collégienne de 14 ans et le vétéran de 59 ans pour la séance commune d'entraînement, avec le groupe de Jean-Michel Cléroy, président du club.

De l'arc olympique au tir instinctif en forêt

Claude Sorais a commencé le tir à l'arc à 24 ans, en autodidacte. « J'ai acheté mon premier arc à France archers, à Paris. Il n'y avait pas de magasin en Bretagne à l'époque. Je me suis entraîné dans mon jardin. Mon premier club, en 1985, les archers du CHR (hôpital) de Rennes, m'a permis de découvrir le tir en salle à 18 et 25 mètres, ainsi que le tir olympique en extérieur à 90 mètres (70 mètres aujourd'hui). » Le déclic se produit pour Claude Sorais, lors d'un stage de tir chasse.

« Louis Charruel, alors conseiller technique régional en Bretagne, m'a initié au tir instinctif en forêt. J'ai eu le coup de foudre pour cette technique avec un arc simple sans repose flèche. On a trente secondes pour tirer deux flèches sur des cibles animalières à des distances comprises entre 5 et 40 mètres. La compétition représente une marche de six heures en forêt. »

Après une interruption de vingt ans pour raisons familiales, Claude Sorais a repris le tir à l'arc, à Saint-Jacques, depuis trois ans. Il totalise 35



Marie Le Clainche et Claude Sorais à l'entraînement, au premier plan, sous le regard attentif de Jean-Michel Cléroy, dans la salle des Archers de la Lande, au stade Allende.

podiums et deux qualifications au championnat de France (8^e l'an dernier).

L'arc classique pour la technique et le mental

Placée à ses côtés pour recevoir des conseils amicaux, Marie Le Clainche commence sa troisième saison à Saint-Jacques. « J'ai découvert le tir à l'arc lors d'une journée décou-

verte des sports. Ça m'a tout de suite plu pour la précision du geste, la concentration et la liberté de ce sport. Je pratique l'arc classique en compétition, avec un stabilisateur, un viseur, un cliqueur et un berger button. J'apprécie aussi l'ambiance du club. On n'est pas seul. On s'améliore par l'entraînement et les conseils des autres archers. Au début, j'avais mal aux bras et aux

épaules, mais je me suis habituée et je ne ressens plus de douleur. »

« Marie et Claude représentent bien les valeurs de notre sport, ouvert à toutes et à tous, mais aussi exigeant pour la compétition. Il faut noter que les jeunes filles et les femmes sont de plus en plus nombreuses », conclut Jean-Michel Cléroy.