



# LE LACHER DU COUP

## DEFINITION

Le départ du coup est l'action qui provoque le départ du projectile. Il s'obtient par la traction exercée, à l'aide d'une pression progressive de l'index, sur la queue de détente, déclenchant le mécanisme, lequel provoque le départ du coup.

Le lâcher est le point le plus important mais aussi le plus difficile pour bien tirer. Très délicat à exécuter, il demande beaucoup de temps pour l'apprendre et le maîtriser.

La complexité que représente une saine coordination dynamique et statique de la musculature en corrélation avec le psychisme du tireur, implique des exercices réguliers et spécifiques, car l'arme doit demeurer stable au départ du projectile.

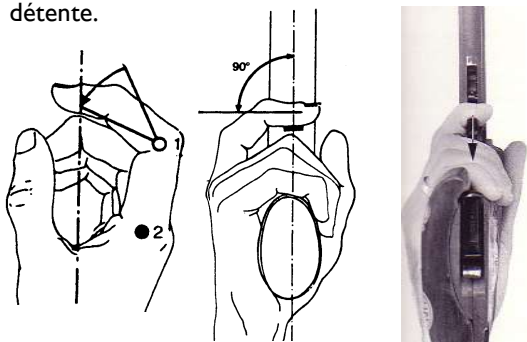
Pour exécuter un départ du coup correct, il convient de respecter les points ci-après :

La partie la plus innervée et donc la plus sensitive de l'index se situe au niveau de la pulpe de la troisième phalange, exactement au centre de l'empreinte digitale. Il s'agit en fait de cellules sensorielles, qui réagissent à la pression, au contact, aux vibrations ainsi qu'à l'effleurement.

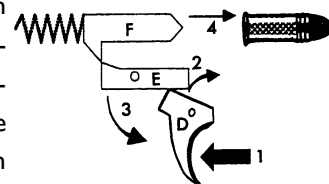
C'est à ce niveau que l'index doit être au contact de la queue de détente pour obtenir la meilleure sensibilité.



Le doigt de détente à une influence déterminante sur la position de l'impact. L'image démontre clairement la position correcte du doigt lorsqu'il entre en contact avec la détente. Seule la première phalange de l'index doit toucher la queue de détente.



Le tireur place son index sur la queue de détente. Dans un premier temps, la course de la queue de détente s'effectue sous faible pression, puis butte contre un point dur, le cran d'arrêt. A partir de ce point, la pression exercée par l'index doit être augmentée, progressivement mais sans à coup, jusqu'à ce que, le moment favorable obtenu, une ultime pression de l'index provoque le départ du projectile (point de rupture).

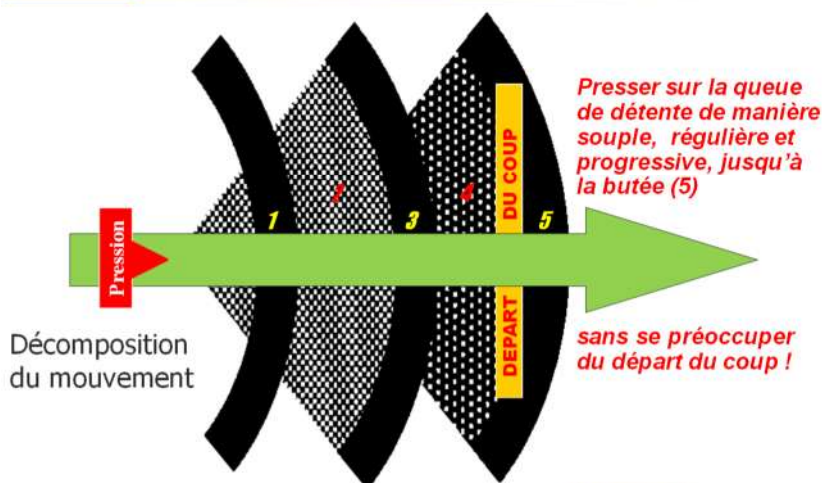


Zone de départ du coup

## LA PRESSION PROGRESSIVE

Pour éviter de «commander» inconsciemment le départ du coup, il est recommandé d'utiliser la technique du « Lâcher en pression progressive », selon le processus suivant :

### Le lâcher avec pression progressive



Décomposition du mouvement

1. Position de la détente et prise de contact avec la première phalange de l'index.
2. 1ère pression jusqu'au point dur.
3. Cran d'arrêt : Point dur perceptible.
4. 2ème pression, progressive.  
**(Départ du coup)**
5. Le doigt ne s'arrête pas lors du départ du coup, mais continue sa pression, régulière, jusqu'à la butée (Triggerstop).

C'est donc la visée avec pression progressive, jusqu'à la butée, qui doit être le seul objectif du tireur (et non le départ du coup !)

