



Compagnie d'Arc de Vernon

Tradition, Initiation, Loisir, Compétition

Tir de la Saint Sébastien 2025

cavernon27@gmail.com

www : tiralarcavernon27.fr

Archers je vous salue.

Voici donc le premier grand rendez-vous des traditions pour une Compagnie d'arc qui vous est proposé. Le tir de la Saint Sébastien.

C'est un après -midi tout en tradition que nous vous proposons samedi 11 janvier prochain.

Sébastien est le Saint patron des archers depuis fort longtemps et, nous le fêterons au mieux. Tir traditionnel implique un certain cérémonial dans la tenue et dans le tir. Mais cela n'exclue aucunement l'humour, le rire et la joie de se retrouver tous ensemble réunis autour de la galette qui conclura les tirs.

Qu'il vente ou qu'il neige ce tir aura bien lieu. Seule une inondation du jardin, qui s'est déjà produite, reportera les tirs Pour nombre d'archers, ça sera vos premières flèches en tir extérieur et vos premières flèches dans un jardin d'arc.

Afin que le plus grand nombre d'archers participent nous adaptons ce tir. En effet, les plus jeunes tireront à 15 mètres et un autre pas de tir sera matérialisé à 20 mètres pour les adultes débutants. Pour les plus aguerris ça sera bien évidemment 50 mètres.

Comme le disait le Baron Pierre de Coubertin, l'important sera de participer, de se retrouver ensemble à partager un bon moment. C'est cela aussi une Compagnie, se retrouver ensemble.

Lorsque vous êtes passés au salon des associations en septembre dernier, pour prendre des renseignements sur la pratique du tir à l'arc, nous ne vous avons rien caché. Les traditions font parties intégrantes de l'ADN de notre, de votre Compagnie.

Plus d'hésitations donc. Transmettez votre réponse à Deny. C'est primordial pour organiser l'ordre des tirs et acheter le nombre exacte de galette des Rois.

Deny ROGER

Saint Sébastien 2025



St Sébastien. (Eglise de Fourges)

Photo Francine Sarrasin

Horaires à respecter :

Rendez-vous au jardin d'arc à 12h30.
Visite commentée du jardin pour les nouveaux
Entrée dans le jardin en ordre à 13h30
Présentation du drapeau et ordre des tirs à
13h40
Début des tirs à 14h00 précise.
Fin des tirs à 16h00 en halte complète
Vin chaud et galette à suivre

Le soir plusieurs archers ont émis le souhait de se retrouver pour un banquet (aucune obligation). Le restaurant retenu sera le Penjab à Vernon route de Rouen. Chacun règle ses consommations. Comme il faut réserver à l'avance, il faudra m'informer de votre présence ou pas.

Toutes réponses à :

Deny ROGER le mardi soir au gymnase, ou par retour de mail

Chers amis archers,

Nous avons le plaisir de vous convier à l'un des deux grands événements traditionnels du calendrier d'une Compagnie d'arc :

La Saint Sébastien,

que nous honorerons le :

Samedi 11 janvier 2025

Le samedi après-midi le tir au Beursault désignera le plus adroit d'entre nous comme gardien des reliques.

A lui, à elle, l'honneur de veiller pendant un an durant sur ce précieux dépôt qu'il faudra présenter en bon état l'année suivante sous peine de financer le banquet de janvier.

Tous les archers de la Cie sont requis pour ce tir.

Les distances de tir seront aménagées en fonction du niveau des archers : 15m pour les poussins, 20 m pour les moins aguerris et 50 m pour prétendre être gardien des reliques.

Le blanc et le couvre-chef sont de rigueur. Tenue non correcte et gros mots seront sanctionnés par une amende de 2 Euros (au profit du cochon tirelire).

Les tirs terminés, un vin chaud sera servi au logis accompagné de la galette des Rois

Une fois de plus, nous insistons auprès des nouveaux membres afin de les inciter à se joindre à cette manifestation si importante dans la vie d'une Compagnie d'arc.

Quant aux anciens, nous savons que les fidèles seront là, fiers de leur appartenance à notre (votre) Compagnie d'arc, héritiers de traditions qu'ils ont à cœur de faire partager.

La Capitaine.

Patricia BUREAU

St Sébastien 2025

Concernant les tirs:

Le tir de la Saint Sébastien est un tir traditionnel se disputant dans un jardin d'arc (extérieur). Vous découvrirez sûrement pour la première fois un jardin d'arc et ou un tir dit traditionnel.

Il est bon de rappeler ici trois notions essentielles.

- + Seront soumis à amende les gros mots et autres attitudes désinvoltes (voir RI).
- + Seront soumis à amende la tenue de tir non adaptée (voir RI)
- + Seront soumis à amende la tête non coiffée (voir RI)

Le prix de l'amende est fixé à 2 Euros ce jour.

Petite tolérance vis-à-vis de la tenue, mais le pantalon de ville ne sera pas accepté. Pour la tenue le blanc ou la tenue de Cie sont de rigueur. Mais il y a une certaine tolérance notamment vis-à-vis du froid et ou de la neige ou de la pluie.

Les archers ne possédant pas leur matériel devront le prendre au gymnase le mardi ou le mercredi soir. Aucun aller et retour au gymnase ne se fera le samedi si un arc est oublié.

Pour les nouveaux archers les séances de janvier seront orientées vers la découverte du tir au Beursault.

- + Qu'est-ce qu'un jardin d'arc
- + Qu'est-ce qu'une carte, un honneur un point
- + Le bouquet provincial
- + Le déroulement d'un tir à la belle flèche
- + Et bien entendu entraînement sur cartes

Coupon réponse pour le 06 janvier délai de rigueur

TIR (distance de 15m, 20m ou 50 m):

Nom et prénom et âge :

Distance de tir :

Vin chaud (ou jus de fruit) et galette

Nombre de participants si accompagné (famille) :

Les archers n'ayant pas répondu seront considérés comme non participants.

SOIREE:

Le soir plusieurs archers ont émis le souhait de se retrouver pour un banquet (aucune obligation). Le restaurant retenu sera le Penjab à Vernon route de Rouen.

Chacun réglant ses propres consommations et ses boissons.

Comme il faudra réserver, il faudra m'informer de votre éventuelle présence.

Voir la carte du restaurant ci-dessous

Horaire non défini encore mais se situera entre 19h30 et 20 h00

Les Biryani

BIRYANI POULET TIKKA Tikka déssossé mijoté avec riz aux épices variées	16.50€
BIRYANI AGNEAU Riz mijoté avec du gigot d'agneau, cajou, petits pois, tomates aromates	17.00€
BIRYANI POULET Riz mijoté avec des de poulet, cajou, petits pois, tomates et aromates	15.00€
BIRYANI CREVETTES Riz mijoté avec un panaché de crevettes, cajou, petits pois, tomates et aromates	17.50€
BIRYANI LÉGUMES Riz mijoté avec un panaché de légumes, cajou, petits pois, tomates et aromates	13.50€
BIRYANI PENJAB Surprise et spécialités du chef	18.50€
BIRYANI BOEUF Riz mijoté avec un panaché de boeuf, cajou, petits pois, tomates et aromates	14.00€

Desserts

SOUJI HALWA Gâteau à base de semoule, safran, coco, amandes et sirop de rose	5.00€
GULAB JAMUN Gâteau préparé à base de lait servi avec sirop de sucre	6.00€
KULFI Glace maison au lait entier, pistache, coco, amandes et cardamome	7.00€
SALADE DE FRUITS	6.00€
GLACE ou SORBETS (2 BOULES)	5.00€

Menus du midi (uniquement sur place) Sauf week-end et jours fériés

Menu Express 18.00€

Une entrée au choix

- SAMOSA crêpe croustillante à la viande hachée et petits pois
- ou OIGNON BHAJIA beignets d'oignons frits
- ou MIX PAKORA beignets de pommes de terre et d'aubergine
- ou POULET PAKORA beignets au poulet
- ou RAITA Salade au yaourt frais avec dés de tomates de concombre aromates et épices

Un plat au choix

- KEEMA MATTER boeuf hachée au petits pois ou
- POULET CURRY ou
- BEIGAN BURTHA caviar d'aubergines
- ou PALAK PANEER épinards au fromage

Servi avec du riz basmati au safran

Desserts

- SOUJI HALWA gâteau de semoule coco safran
- ou GLACE SORBETS

Aucune changement dans les menus

Menu Rapide 14.50€

Uniquement le midi sur place, sauf week-end et jours fériés

- POULET CURRY
- ou KEEMA MATAR
- ou KOFTA PENJAB
- ou POULET PALAK
- ou PALAK PANEER

Servi avec du riz basmati + Café

Menus du midi et soir (ne bénéficie pas de -10%)

Menu Maharaja 26.00€	Menu Penjab 32.00€
Assortiments d'entrées	Assortiments d'entrées
POULET TIKKA ET SAMOSSA Accompagné d'un nan au fromage	POULET TIKKA, SAMOSSA, OIGNON BHAJIA, SEEKH KEBAB Accompagné d'un nan au fromage
Un Plat au choix	Un Plat au choix
POULET SHAHI KORMA ou PENJABI POISSON ou POULET CURRY ou KOFTA PENJABI ou KEEMA MATAR Servi avec du riz basmati au safran	CREVETTES MASSALA ou AGNEAU SHAHI KORMA ou PENJABI POISSON ou BUTTER CHICKEN ou BEEF MASSALA Servi avec du riz basmati au safran
Desserts	Desserts
SALADE DE FRUITS ou GLACES SORBETS ou SOUJI HALWA	SALADE DE FRUITS ou GLACES SORBETS ou GULAB JAMUN ou SOUJI HALWA

Menu Enfant 10.50€ (-7 ans)

- POULET TIKKA (Brochettes de poulet)
- ou MACHLI PAKORA (Beignets de poisson)
- GLACE ou SORBET 1 BOULE

Servi avec du riz basmati

Halal

Restaurant Le Penjab

Spécialités Indiennes et Pakistanaises

Terrasse d'été

Plats à emporter -10% à la carte

Ouvert de 12h à 14h et de 19h à 22h30
Fermé le Lundi

80, Avenue de Rouen - 27200 Vernon

Tél : 02 32 51 35 62

Les Entrées Chaudes

DALL SOUPE Soupe de lentilles indiennes et herbes fraîches	9.00€
POULET TANDOORI Cuisse de poulet aux épices cuit dans le four au charbon de bois	8.50€
POULET TIKKA Poulet blanc mariné aux épices cuit dans le tandoor	9.00€
AILES DE POULET Ailes de poulet mariné grillé aux épices cuit dans le tandoor	8.50€
AGNEAU TIKKA Agneau mariné aux épices cuit dans le tandoor	11.00€
SEEKH KEBAB Brochettes de viande hachée avec oignons, herbes, fraîches, cuit dans le tandoor	8.00€
POISSON TIKKA Filets de poisson mariné aux épices cuit dans le tandoor	10.50€
GAMBAS TANDOORI Gambas macérées dans un bouquet d'épices cuit dans le tandoor	22.00€
MIX GRILL (pour 2 pers)	34.00€

Les Beignets

POULET PAKORA Filet de poulet blanc, mariné à la farine de pois chiche, moyennement épicé	7.00€
MACHLI PAKORA Beignets de poisson mariné à la farine de pois chiche, et épices	8.00€
CREVETTES PAKORA Beignets de crevettes non décoriques à la farine de pois chiche	12.00€
MIX PAKORA Beignets d'aubergines et de pommes de terre, aux épices à la farine de pois chiches	7.50€
MIX BEIGNETS (pour 2 pers)	22.00€
OIGNON BHAJIA Lentilles d'oignon marinées dans différentes épices, frites en beignets	7.00€
SAMOSSA Crêpe croustillante à la viande hachée, petits pois et herbes	7.00€

Les Entrées Froides

RAITA Salade au yaourt frais avec dés de tomates de concombre aromates et épices	6.00€
PRAWN RAITA Salade au yaourt frais avec dés de tomates de concombre crevettes et aromates	10.00€
SALADE PENJAB Surprise du chef	12.00€

Nos Pains

(tous nos pains sont faits maison et servis chauds)

NAN NATURE Pain traditionnel indien nature	2.50€
NAN FROMAGE Pain fourné au fromage fondant	4.50€
NAN KEEMA	5.00€
NAN PANEER Pain à la viande hachée aux herbes fraîches	5.00€
NAN PENJABI Pain à la viande hachée fourné en fromage et épices	6.00€

NAN MASSALA Pain fourné aux oignons, cumin et herbes fraîches	4.00€
NAN GARLIC FROMAGE Pain fourné au fromage fondant et à l'ail	6.00€
NAN GARLIC Pain fourné à l'ail et herbes fraîches	4.50€
NAN POULET TIKKA Pain fourné au poulet mariné grillé aux oignons, cumin et herbes fraîches	6.00€

Toutes nos viandes sont déssossées : Agneau Servi sans riz basmati

SADA GHOSH T Curry d'agneau à la sauce tomate légèrement épicée, herbes fraîches	14.00€
AGNEAU TIKKA MASSALA Dés d'agneau mariné, grillé au tandoor avec oignons et poivrons en dés	16.50€
AGNEAU PALAK Agneau aux épinards, crème fraîche et curry	15.00€
AGNEAU BEIGAN Agneau aux aubergines et épices indiennes	15.00€
AGNEAU MADRAS Curry d'agneau, très relevé	14.50€
AGNEAU VINDALOO Agneau avec pommes de terre et sauce peu relevé	14.50€
AGNEAU SHAHI KORMA Agneau avec crème fraîche, amandes, coco, noix de cajou, raisin sec, sucré salé	15.00€
AGNEAU DALL Agneau au curry avec lentilles indienne	15.00€
AGNEAU CHAMPIGNONS Agneau au curry avec champignons et aux épices	15.00€

Poulet Servi sans riz basmati

POULET CURRY Curry de poulet, épices et herbes fraîches	12.00€
POULET TIKKA MASSALA Dés de poulet blanc mariné, grillé au tandoor avec oignon et poivrons en morceaux sauce peu relevé	14.00€
BUTTER CHICKEN Poulet grillé au tandoor sauce tomate, crème fraîche cajou et beurre	14.50€
POULET BEIGAN Poulet aux aubergines et épices indiennes	13.50€
POULET MADRAS Curry de poulet, très relevé	13.00€
POULET SHAHI KORMA Poulet avec crème fraîche, amandes, coco, noix de cajou, raisin sec, sucré salé	13.00€
POULET PALAK Poulet aux épinards et crème fraîche et peu de curry	13.50€
POULET VINDALOO Poulet avec pommes de terre et sauce peu relevé	13.00€
POULET DALL Poulet avec des lentilles indiennes, crème et beurre	13.80€
POULET CHAMPIGNONS Poulet au curry avec champignons et aux épices	14.00€

Boeuf Servi sans riz basmati

BEEF PENJABI Curry de boeuf moyennement relevé	13.00€
BOEUF MASSALA Boeuf aux oignons, poivrons, tomates et épices	13.00€
BOEUF PALAK Boeuf aux épinards, épices, et herbes fraîches	14.00€
BOEUF AUBERGINES Boeuf avec caviar d'aubergines, épices et herbes fraîches	14.00€
KOFTA PENJABI Boulettes de boeuf au fromage moyennement épicé au curry	13.00€
BOEUF SHAHI KORMA Morceaux de boeuf avec crème fraîche, amandes, coco, noix de cajou, raisin sec, sucré salé	14.50€
KEEMA MATTER Boeuf haché aux petits pois et épices	12.00€

Poissons et Crevettes Servi sans riz basmati

POISSON PENJABI Filet de poisson au curry moyennement épicé	14.50€
POISSON TIKKA MASSALA Poisson mariné, grillé au tandoor avec poivron et oignon en morceaux avec sauce curry	16.50€
POISSON SHAHI KORMA Filets de poisson, crème, amandes, coco, cajou et fruits secs	15.00€
CREVETTES MASSALA Crevettes au curry, oignons, poivrons, tomates, et épices	14.50€
CREVETTES PALAK Crevettes aux épinards, épices, et herbes fraîches	15.00€
CREVETTES AUBERGINES Crevettes avec caviar d'aubergines, épices et herbes fraîches	15.00€
CREVETTES SHAHI KORMA Crevettes cuites à la crème, amandes, coco, cajou, et fruits secs	15.00€
GAMBAS MASALA Brochettes de gambas, marinées et grillées au tandoor, servies dans une sauce aux diverses épices	25.00€

Accompagnement Légumes et Riz

LÉGUMES PENJABI Panaché de légumes au curry	8.90€
PALAK PANEER Epinards haché au fromage et crème	9.90€
DALL MAKHANI Lentilles indiennes, mijotées dans du beurre et crème	8.90€
DALL PALAK Epinard aux lentilles indiennes	10.00€
ALOU PALAK Epinard aux pommes de terre	9.90€
BAIGAN BURTHA Caviar d'aubergines cuits au feu de bois, crème et aromates	10.00€
ALOU GHOB Curry de pommes de terre et choux fleurs	9.90€
RIZ BASMATI Riz basmati au safran	4.50€
PENJABI PULLAO Riz basmati aux petits pois, beurre et oeuf	6.50€