

STAGE TECHNIQUE DE FORMATION **ARCHER**

Session 1 : les dimanches 01/12/13 et 15/12/13 ou

Session 2 : les dimanches 13/04/13 et 27/04/13

Encadré par André Augé, instructeur du Comité départemental de tir à l'arc.

Ces stages sont gratuits mais il est nécessaire de s'inscrire au préalable, à la session de votre choix (2 dimanches), par mail à archersmontalbanais@gmail.com

Stage ouvert à tous les archers à partir de 14 ans

Objectifs

Cette formation permet aux archers déjà formés de mieux connaître et remédier aux imperfections de l'homme et du matériel. Le programme est assez chargé techniquement.

Le déroulement de cette manifestation se fait sur 2 dimanches.

Organisation :

Les archers se muniront de leur propre matériel et prévoiront leur propre repas de midi qui sera pris en commun sur place.

Horaires 9h-12h et 14h-17h

Lieu : gymnase de Bressols

Programme des cours

1^{er} dimanche de la session :

Matin :

Fondamentaux du tir à l'arc
Technique de tir : posture/placement/mouvement
Tirs dans les 3 méthodes

Après-midi

Choix du matériel : arc, palette, grip, branches d'arc, flèches

2^{ème} dimanche de la session :

Matin :

Réglages de l'arc avec test
Tir de vérification

Après-midi :

Réglages avec tir
Fabrication de cordes
Montage des flèches