



FORMATION TIR À L'ARC

Stage de perfectionnement

23, 24, 25 Octobre

Une méthode • Des outils • Votre progression

ARCHERS & ENTRAÎNEURS

POUR QUI ?

Une soirée pour tous autour du matériel.

Deux journées de formation :

- une première journée à destination des archers,
- une seconde journée à destination des entraîneurs.

POURQUOI ?

L'objectif de cette formation est d'apprendre une méthode de travail.

Elle s'inscrit dans une démarche de formation continue pour les archers et les entraîneurs, avec pour ambition de leur apporter des outils, des repères et des axes de progression pour la suite de la saison.

NOTRE APPROCHE

Une intervention structurée, concrète et applicable sur le terrain, animée par Pierre Jangnäs et articulée autour de trois temps complémentaires sur trois jours : le matériel, les archers et les entraîneurs, abordés de manière complète.

PLACES LIMITÉES

Le programme en un coup d'œil

Le vendredi soir : échange autour du matériel.

Le samedi : travail avec les archers (10 à 12 maximum).

Le dimanche : travail avec les entraîneurs (10 à 12 maximum), idéalement accompagnés de 1 à 2 archers qu'ils suivent régulièrement.

Un moment d'échange, de partage et de progression !

VENDREDI 23 OCT 18h00 – 22h00

Présentation des produits Hoyt, Easton, RamRods, Woowoojack et Flow Archery.

Pot de convivialité et discussion autour du matériel ouvert à tous.



Présentation, échanges et conseils autour du matériel

SAMEDI 24 OCT 9h00 – 19h00

09h00 – 09h30 Accueil des stagiaires

09h30 – 10h00 Présentation de la journée

10h00 – 12h00 Analyse technique et remédiations

12h00 – 14h00 Pause déjeuner et récupération

14h00 – 18h00 Entraînement

18h00 – 19h00 Retour sur la journée et réunion-bilan des tireurs

ARCHERS
10 à 12 archers maximum

DIMANCHE 25 OCT 9h00 – 19h00

09h00 – 09h30 Accueil des stagiaires

09h30 – 10h00 Présentation de la journée

10h00 – 12h00 Analyse technique et remédiations

12h00 – 14h00 Pause déjeuner et récupération

14h00 – 18h00 Entraînement

18h00 – 19h00 Retour sur la journée et réunion-bilan des coaches

ENTRAÎNEURS
10 à 12 entraîneurs maximum
(idéalement accompagnés de 1 à 2 archers)

 **Lieu : 22 boulevard Winston Churchill
17000 La Rochelle**

Au plaisir de vous rencontrer !

INSCRIPTIONS • <https://www.tiralarc17.fr> • RENSEIGNEMENTS : Benjamin DELANNOY secretaire@tiralarc17.fr - 06 89 51 15 84



COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE TIR À L'ARC DE CHARENTE-MARITIME & THE BLUE BEAR TEAM

