

STAGE LES 3 PILIERS DE PROGRESSION–2024

Formation proposée par votre COMITE DEPARTEMENTAL de SEINE et MARNE de TIR à l'ARC

Public concerné:

Le stage « Les 3 piliers de Progression» s'adresse à tout public cherchant à compléter leur bagage technique à l'issue de l'apprentissage, typiquement des archers dans leur 2^e année de pratique. Il est organisé sur 3 journées, le thème de la 1^{ère} journée est la Technique de tir, celui de la 2^{ème}, le Réglage de l'Arc et celui de la 3^{ème}, la Préparation Mentale. L'archer a la possibilité de participer à l'ensemble des 3 journées ou choisir de participer à une ou 2 journées du stage en fonction des thèmes qui l'intéressent.

Condition d'accès

Aucun test d'entrée, âge minimum 14 ans, Licence FFTA et certificat médical en cours de validité

Objectif de la formation

Permettre à l'archer de consolider ses connaissances théoriques et de perfectionner sa technique

D'atteindre une relative autonomie dans le choix et réglage de son matériel, de comprendre le fonctionnement de son arc

Validation de la formation

A la fin du stage, un QCM validera l'acquisition des connaissances et la réussite sera inscrite dans le passeport du stagiaire

Contenus pratiques et théoriques

- Les fondamentaux techniques du tir à l'arc
- Le choix et le réglage du matériel
- Fabrication de corde, montage de flèche
- Les différentes armes et disciplines
- La vie fédérale administrative et institutionnelle
- L'apprentissage des fondamentaux techniques
 - pour progresser dans sa propre pratique,
 - pour maîtriser ses habiletés techniques.

Matériel individuel à prévoir pour ce stage :

- Votre arc équipé d'un viseur, palette, dragonne
- 8 flèches minimum, à votre allonge, carquois, équerre
- Clefs de réglages de votre matériel, repose-flèche de remplacement (pour vos modèles HOYT en plastique)
- Cef USB vide
- Un bloc note + crayon
- Collation & boisson
- Passeport FFTA et licence en cours de validité

Durée, Lieu et Dates

Le stage se déroule sur 3 journées :

- **J1 – Technique de tir** S 23 septembre 2023 *Lieu à définir*
- **J2 – Réglage de l'arc** D 24 septembre 2023 *Lieu à définir*
- **J3 – Préparation mentale** D 15 octobre 2023 *Lieu à définir*

Inscription

Tarif: **120 €** par personne pour les 3 jours / **90 €** pour 2 jours / **50 €** pour une journée

Inscription auprès du Responsable de la Commission Formation du Comité Départemental 77 accompagnée d'un chèque à l'ordre du Comité Départemental de Tir à l'Arc de Seine et Marne à adresser à:

Jean-François CHOBILLON - Commission Formation du CD Arc77

29 Boulevard de Lagny - 77600 BUSSY SAINT GEORGES

Confirmation par email: formation@archersdu77.fr – Min. 4 archers, maximum 16