



## Comité Départemental de tir à l'arc De HAUTE LOIRE

### **INVITATION AU STAGE DEBUTANT DU 6 NOVEMBRE 2021.**

**Lieu :** Gymnase d'Yssingeaux

**Horaires :** 9h à 12h

**Coût :** 6€

**Public :** Jeunes débutants, 1<sup>ère</sup> année (moins de 18 ans)

Le comité Haute-Loire de tir à l'arc vous invite à son 1<sup>er</sup> stage départemental de la saison 2021-2022. Dans le but de permettre à tous les débutants 1<sup>ère</sup> année de s'épanouir dans le tir à l'arc, le comité vous propose des stages adaptés avec un encadrement professionnel.

*La présence de l'entraîneur des archers est vivement souhaitée, afin de permettre un suivi entre le travail fourni en club et le stage.*

**Pour ce stage, vous aurez besoin de :**

- Votre arc (avec ou sans viseur) et de 6 flèches minimum en état. Tubes notés à vos initiales.
- D'une tenue de sport pour les exercices généraux
- D'une bouteille d'eau
- Des 6€ pour l'inscription
- Un carnet et un stylo

**Le stage s'articulera autour des thématiques suivantes :**

- 1) Accueil, montage du matériel et présentation
- 2) Echauffement collectif,
- 3) Situations de tir, avec travail technique, physique et précision
- 4) Situation collective et ludique de tir
- 5) D'un bilan de fin de stage

**Pour rappel : Le pass-sanitaire est obligatoire à partir de 12 ans et 2 mois, tireur comme accompagnant. Pensez à venir avec.**

En espérant vous y voir nombreuses et nombreux.

Le comité Haute-Loire de tir à l'arc

Comité départemental de tir à l'arc de Haute Loire Association loi 1901 N° W432000531  
Siège social Place Jean Salque 43600 St Sigolène  
Adresse correspondance Michel PERRIN 32 Route de Chamelière 43130 Retournac 04.71.65.64.33  
port. 06.11.95.46.87 Courriel perrinarc@orange.fr



Site interne <http://tiralarc43.sportsregions.fr>



**Comité Départemental de tir à l'arc  
De HAUTE LOIRE**

## **INVITATION AU STAGE PERFECTIONNEMENT/COMPETITEURS DU 6 NOVEMBRE 2021.**

**Lieu :** Gymnase d'Yssingaux

**Horaires :** 14h à 17h

**Coût :** 20€ pour les 4 stages et le suivi.

**Public :** Jeunes compétiteurs (moins de 18 ans)

Le comité Haute-Loire de tir à l'arc vous invite à son 1<sup>er</sup> stage départemental de la saison 2021-2022. Il a pour but de créer un collectif 43 avec les jeunes compétiteurs ayant des objectifs sportifs et l'envie de progresser dans le tir à l'arc.

Pour ce faire, ce stage se fera sous la forme d'une détection, afin de créer un groupe homogène et motivé sur l'ensemble de la saison.

Afin de permettre à ces archers d'évoluer au mieux, un suivi sera fourni entre les stages, ainsi qu'une aide matérielle (selon le budget alloué).

**La présence de l'entraîneur des archers est vivement souhaitée, afin de permettre un suivi entre le travail fourni en club et le stage.**

**Pour ce stage, vous aurez besoin de :**

- Votre arc de compétition réglé et de 8 à 10 flèches en état. Tubes notés à vos initiales.
- D'une tenue de sport pour le circuit physique.
- D'une bouteille d'eau
- Des 20€ pour l'inscription (ensemble de la saison)
- Un carnet et un stylo
- De tout ce que vous jugerez utile pour bien pratiquer le tir autant que le renforcement

**Le stage s'articulera autour des thématiques suivantes :**

- 1) Accueil, montage du matériel et présentation
- 2) Echauffement collectif.
- 3) D'une situation de performance
- 4) D'une situation de maîtrise d'arc
- 5) D'un travail technique
- 6) D'un circuit renforcement musculaire
- 7) D'un bilan de fin de stage

**Rappel : Le pass-sanitaire est obligatoire à partir de 12 ans et 2 mois, tireur comme accompagnant. Pensez à venir avec.**

Le second stage se fera sur la compétition de Lapte, en coaching, le samedi 4 décembre après-midi. (Merci de nous faire parvenir un mail, pour confirmer votre présence à l'adresse suivante : [jperrin43@orange.fr](mailto:jperrin43@orange.fr))

En espérant vous y voir nombreuses et nombreux.

Le comité Haute-Loire de tir à l'arc

Comité départemental de tir à l'arc de Haute Loire Association loi 1901 N° W432000531

Siège social Place Jean Salque 43600 St Sigolène

Adresse correspondance Michel PERRIN 32 Route de chamelière 43130 Retournac 04.71.65.64.33

port. 06.11.95.46.87 Courriel [perrinarc@orange.fr](mailto:perrinarc@orange.fr)



Site interne <http://tiralarc43.sportsregions.fr>