

Stage Arc Pouliès

Organisé par le département du Val d'Oise

Dispensé par :

Sophie DODÉMONT

Jérôme BERTHELOT

Michel DEVIN

Samedi 01 octobre & Dimanche 02 octobre 2015

PROGRAMME

Samedi:

Accueil

Déroulement et contenu du stage

Présentation des archers et montage de leurs matériels

Echauffement des archers

Observation des archers en action de tir

Réglages "synchro, allonge, tiller, sortie de flèche, etc. ...)

Technique de tir personnalisée

Déjeuner

Adaptation personnelle

- Repose-flèche
- Equilibrage
- Viseur
- Visette
- Décocheur

Dimanche:

Technique de tir personnalisée

Adaptation et réglages personnalisés

Déjeuner

Essais de différents matériels (Arc System)

Debriefing