

Programme du Stage Classique "technique de tir & Perfectionnement"

Accueil des participants

Présentation des archers

Nom, prénom, nombres d'année de tir, niveau salle, fédéral, fita

Ce que l'archer attend ou recherche par ce stage

Déroulement et contenu du stage

1ère demi-journée

Le matin

Rappel des réglages théorique de l'arc classique

Band, tiller, détalonnage, berger button

Modification des réglages si besoin

Observation & Analyse des tireurs en situation de tir

Proposition après observation de l'archer

Travail sur une nouvelle technique adaptée à l'archer

Présentation de la stratégie de tir

Mise en place du nouveau travail avec sa stratégie

Le formateur prépare une fiche de travail pour la prochaine séance

Débriefing

Ce que les archers ressentent de ce stage

Point à améliorer

2ème & 3ème demi-journée

Le matin

Constat du travail effectué d'après la fiche de travail, échange formateur/archer des points positifs

Mise en place du nouveau travail, amélioration de la technique

Application de la technique

Le formateur prépare une fiche de travail pour la prochaine séance

Débriefing

Ce que les archers ressentent de ce stage

Point à améliorer