

PROGRAMME

Formation départementale Archers

Accueil des archers - Ateliers - Débriefing

Déroulement et contenu de la formation, composer de 3 ateliers **Ces ateliers sont réalisés sur 2 jours**

Ateliers:

1. Administratifs:

- a. Réglementation**
- b. Disciplines**
- c. Structure fédérale**

2. réglages:

a. Réglage d'arc

- Préparation des flèches.
- Préparation de l'arc : dévissage et alignement des branches.
- Réglage de l'écarteur (Berger-Button) et du repose-flèche.
- Réglage du tiller, du band et du détalonnage initial.
- Préparation de la corde.
- Équilibrage statique de l'arc, répartition des masses de la stabilisation.
- Vérification de la sortie de flèche
- Vérification du bon passage de la flèche.
- Réglage pratique de la hauteur d'encoche. Détalonnage
- Vérification pratique du choix théorique de la flèche.

b. Fabrication de corde

c. Fabrication de noc-set en fil

d. Montage de flèche

3. Technique de tir:

a. Rappel des fondamentaux

- La posture, les placements avant, les placements arrière, les mouvements

b. Technique de tir personnalisée

Remise d'attestation de cette formation:

Diplôme de fin de formation départementale archers