



Le comité départemental de Tir à l'Arc du Loiret
et la Commission Jeunes proposent :

Un stage d'Hiver destiné aux jeunes archers du Loiret

A partir de Minime

Du Mardi 6 Mars au Vendredi 9 Mars 2018

Objectif :

Semaine de stage sportif - perfectionnement technique

Stage comprenant :

Réveil musculaire et échauffements – Etirements - Renforcements musculaire

Public :

- 12 jeunes maximum
- **Minime à junior**, toutes armes
- **1^{ère} année et plus de pratique.**



Horaires :

- Matin : 9h00/12h00
- Repas : 12h/13h30
- Après-midi : 13h30/16h30

Lieu :

Salle BONAVIA – Complexe sportif du Petit Bois - Saint Jean de Braye

Matériel nécessaire :

- Son arc de compétition
- 10 flèches identiques
- Tenue de sport (prévoir des manches longues)
- Une paire de baskets pour l'intérieur et une pour l'extérieur
- Bloc notes et stylo
- Clé usb
- Bouteille d'eau



Encadrement : Adeline DIZIER (DEJEPS Tir à l'arc, BPJEPS APT)

Participation financière des stagiaires :

40€ la semaine, à régler lors de l'inscription, à l'ordre du Comité Départemental de Tir à l'arc.
Une inscription non réglée ne sera pas prioritaire.
Une fiche sanitaire de liaison sera à remplir avant le stage.

Inscriptions via le lien internet suivant :

http://demulau.hebfree.org/ArclInscription/Stage_6au9-mars-2018_CD45/

Règlement à envoyer à :

Laurie LETHROSNE – 254 Rue de l'armoire – 45200 AMILLY

CLOTURE DES INSCRIPTIONS LE 1er MARS 2018