

Où puis je faire du tir à l'arc ?

AIGREFEUILLE : archers.aigrefeuillais@laposte.net
Tél. 09 52 62 49 24

AULNAY : <http://archers-du-donjon.sportsregions.fr/>
lesarchersdudonjon17@orange.fr - Tél. 06 73 55 76 06

AYTRÉ : <http://arcaytre.jimdo.com/>
club.archers.aytre@wanadoo.fr - Tél. 06 09 22 33 84

JONZAC : archers.jonzac@gmail.com
Tél. 05 46 96 90 27 ou 06 82 18 68 68

LA JARRIE : cuvelierm@orange.fr - Tél. 05 46 35 84 46

LA ROCHELLE : www.arclarochelle.fr
president@arclarochelle.fr - Tél. 06 23 91 21 20

LA TREMBLADE : <http://club.quomodo.com/lesarcherstrembladais/>
lesarchersdelestran@live.fr - Tél. 05 46 36 55 47

MARANS : lesarchersduboisdinot@sfr.fr - Tél. 06 14 77 86 77

NIEUL SUR MER : archers.latublerie@gmail.com
Tel. 05 46 37 58 14 - 06 35 56 43 49

OLÉRON : archersoleronais@gmail.com
Tél. 05 46 47 86 88 - 06 85 60 69 08

PÉRIGNY : archersdeperigny.free.fr
archersdecoureilles@gmail.com - Tél. 06 74 73 81 63

PONS : www.archers-sires-pons.fr
archers.sires.pons@gmail.com - Tél. 06 87 37 66 38

ROCHFORT : <http://www.sartiralarc.fr>
club@sartiralarc.fr - Tél. 05 46 44 42 92

ROYAN : <http://lesarchersderoyan.e-monsite.com/>
roux.vivian@akeonet.com - Tél. 05 46 90 85 54

SAINTES : <http://lesarcherssaintais.com/>
archerssaintais@hotmail.fr-Tél. 06 60 87 28 14

ST JEAN D'ANGELY :
ludovic.reynaert@wanadoo.fr Tél. 06 85 92 19 21

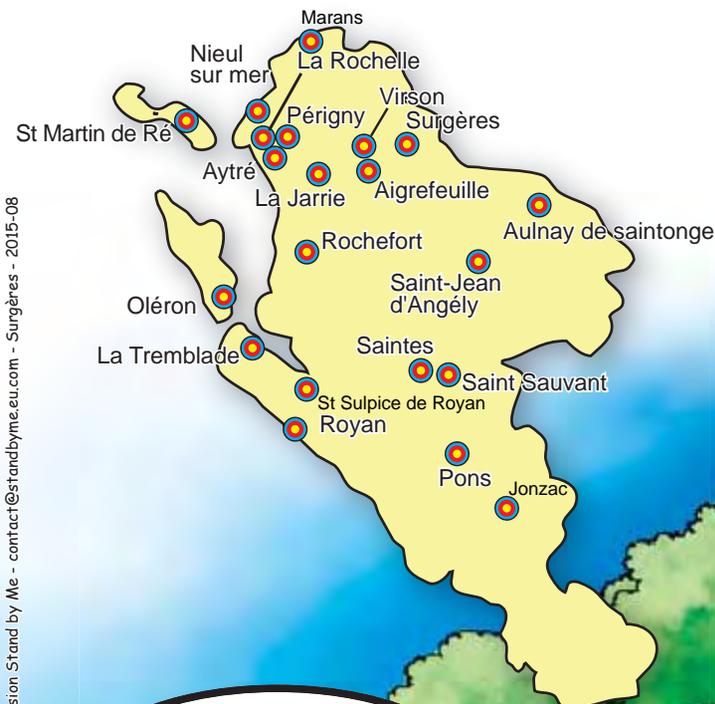
ST MARTIN DE RE : <http://archersdere.free.fr/>
archersdere@free.fr - Tél. 06 86 36 84 52

ST SAUVANT : <http://gilsavie.wix.com/arc-st-sauvant>
arcnaturestsauvant@gmail.com - Tél. 06 65 20 15 84

ST SULPICE DE ROYAN : regine.colombe@orange.fr
Tél. 05 46 38 74 46

SURGÈRES : <http://lesarchersdhelene.sportsregions.fr/>
lesarchersdhelene@gmail.com - Tél. 05 46 42 62 85

VIRSON : mjtourneur@wanadoo.fr
Tél. 05 46 35 53 27



TIR à l'ARC JUNIOR en Charente Maritime

Rejoins-nous dans un club près de chez toi !!!
2 cours te sont offerts sur présentation de cette plaquette !!!

conception et réalisation quillif_madrog@madrog.com - Impression Stand by Me - contact@standbyme.eu.com - Surgères - 2015-08

 **Centre Ouest Archery**
spécialiste du tir à l'arc depuis plus de 35 ans

ZAC de Belle aire Nord
2, rue Léonard de Vinci
17440 AYTRÉ

Magasin ouvert
de mardi au samedi
de 9h15 à 12h
et
14h30 à 19h
18 h le samedi

Tél. : 05 46 45 20 34
Fax : 05 46 44 73 51 www.centre-ouest-archery.com



www.tiralarc17.fr



POURQUOI faire du tir à l'arc ?

C'est un sport complet qui fait travailler le haut du corps. Ce sport permet de développer certaines qualités en plus de la sollicitation des muscles:

- la concentration et la rigueur : il faut fixer son attention sur la cible et bien suivre les conseils de l'entraîneur
- l'équilibre : si tu veux bien contrôler ta flèche et toucher ta cible, ta colonne vertébrale doit être bien droite.
- la précision : plus tu t'entraînes, meilleur tu deviens

Robin, je t'ai déjà dit de ne pas penser à autre chose quand tu t'entraînes !!!



Un peu de concentration, quoi !!!

comment-pratique-t'on?



1/ tu tiens solidement l'arc par la poignée avec la main :
 - gauche si tu es droitier
 - droite si tu es gaucher

2/ tu prends la corde avec 3 doigts

3/ la main qui tient l'arc est à la hauteur de la cible. Ton autre main et ton avant-bras sont parfaitement alignés avec elle.

4/ tu tires la corde en l'amenant au niveau de ta joue. Devant ton oeil, la flèche et la cible doivent paraître alignés.

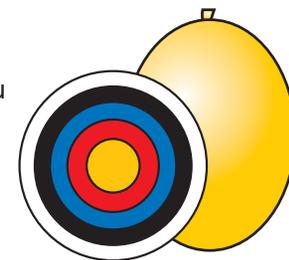
5/ tu lâches la corde ...



Ne t'inquiètes pas si tu rates ta cible les premières fois. Même les plus grand archers ont commencé un jour ...

sur quoi je tire ? Qu'est ce que je gagne ?

On te fera tirer sur des blasons ou sur des ballons

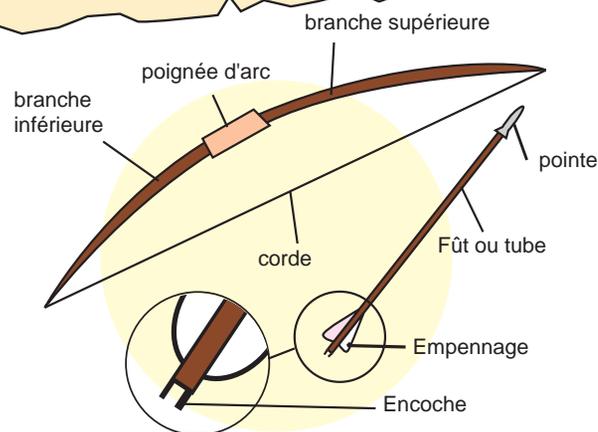


Plus ton niveau deviendra élevé plus on te fera tirer de loin : tu deviendras alors un vrai Robin des bois

Pour voir au premier coup d'oeil l'évolution de ton niveau on te donne des grades (comme en arts martiaux). Ici on te donnera des plumes : d'abord la blanche, puis la noire, la bleue, la rouge et enfin la jaune.

Et quand tu voudras te mesurer aux autres archers du monde entier, tu pourras alors faire de la compétition et devenir un champion.

comment est fait l'arc ? et la flèche ?



Le savais-tu : sur une flèche une des plumes de l'empennage est de couleur différente. On l'appelle la "plume coq". Elle est positionnée vers l'extérieur de l'arc quand on l'encoche.

