



# COMITE AUVERGNE RHONE ALPES TIR A L'ARC

Le comité régional propose un **PROGRAMME SPORTIF** adapté aux **COMPETITEURS** pour vous permettre de progresser et d'augmenter vos **PERFORMANCES**



<b>GROUPE BENJAMIN MINIME</b>	<b>GROUPE CADET JUNIOR</b>	<b>ADULTE FITA</b>	<b>COLLECTIF PARCOURS</b>
Assurer la formation des jeunes archers dans une perspective sportive orientée vers la compétition FITA (en complément des clubs) et favoriser l'accès aux pôles Espoir ou France	Optimiser la formation des jeunes espoirs en FITA (en complément des clubs) et augmenter le niveau de performance des Cadets- Juniors	Offrir aux meilleurs archers régionaux un service d'entraînement supplémentaire	Offrir aux meilleurs archers régionaux un service d'entraînement supplémentaire, en complément des clubs pour aller plus loin dans la préparation et préparer les archers pour les sélections nationales



# Benjamin/Minime

<b>OBJECTIF</b>	<b>Faire progresser les archers en FITA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France</li> <li>– Accompagner les archers vers les pôles espoirs ou France</li> </ul>
<b>Nos moyens</b>	<b>Renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</b> Stages pendant les vacances et des regroupements mensuels Suivi régulier avec les clubs Accompagnement sur les TNJ, les championnats
<b>ACCESSIBILITE</b>	Ouverts aux compétiteurs FITA sur sélection: <ul style="list-style-type: none"> <li>– soit dans son club Formateur Régional</li> <li>– Soit en stage DETECTION d'une journée</li> </ul>

<b>DETECTION</b>	7 octobre à VOIRON	
<b>Au choix:</b>	Ou 8 octobre à RIOM	
<b>STAGE</b>	Du 23 au 26 oct.	VOIRON
<b>SUIVI</b>	25 novembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	16 décembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	13 janvier	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	4 février	LYON / RIOM
<b>STAGE</b>	Du 16 au 19 févr.	VICHY
<b>SUIVI</b>	17 mars	LYON / RIOM
<b>STAGE</b>	Du 16 au 20 avril	VOIRON
<b>SUIVI</b>	21 mai	LYON/ RIOM
<b>STAGE</b>	Du 16 au 18 juil.	VICHY

Intégrer les collectifs c'est :

AVOIR UN OBJECTIF SPORTIF EN FITA et

- S'engager à s'entraîner régulièrement dans son club
- S'engager pour l'année à suivre l'ensemble des stages et journées d'entraînement
- Participer aux championnats régionaux SALLE ou FITA

**Tarif: DETECTION 10€**  
**PROGRAMME JEUNE: 200€**

Pour la **détection**, vous choisissez votre lieu, et votre date. Une sélection pourra être effectuée pour la journée de détection en regardant les résultats FITA.

Pour les **suivis**, vous choisissez votre lieu.

<b>DETECTION</b>	7 octobre à VOIRON	
<b>au choix:</b>	Ou 8 octobre à RIOM	
<b>STAGE</b>	Du 29 oct au 1 nov.	VICHY
<b>SUIVI</b>	25 novembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	16 décembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	13 janvier	LYON / RIOM
<b>SUIVI</b>	4 février	LYON / RIOM
<b>STAGE</b>	Du 19 au 22 fev.	VOIRON
<b>SUIVI</b>	17 mars	LYON / RIOM
<b>STAGE</b>	Du 11 au 14 avril	VICHY
<b>SUIVI</b>	21 mai	LYON/ RIOM
<b>STAGE</b>	Du 9 au 11 juil.	VOIRON

# Cadet/Junior

<b>OBJECTIF</b>	<b>Faire progresser les jeunes archers en FITA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France</li> <li>– Augmenter les niveaux de performance</li> </ul>
<b>Nos moyens</b>	<b>Renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</b> stages pendant les vacances et des regroupements mensuels suivi régulier avec les clubs Accompagnement sur les TNJ, les championnats
<b>ACCESSIBILITE</b>	Ouverts aux compétiteurs FITA sur sélection: <ul style="list-style-type: none"> <li>– soit dans son club Formateur Régional</li> <li>– Soit en stage DETECTION d'une journée</li> </ul>

# ADULTE FITA

<b>OBJECTIF</b>	<b>Faire progresser les archers en FITA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France individuel et par équipe de club</li> <li>– Compléter la préparation des clubs</li> </ul>
<b>Nos moyens</b>	stages et des regroupements ; suivi personnalisé <b>renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</b>
<b>ACCESSIBILITE</b>	Ouverts aux compétiteurs FITA sur sélection: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Envoi d'une lettre de motivation pour intégrer le collectif</li> </ul>

18 et 19 novembre	RIOM
14 janvier	LYON
11 février	RIOM
7 et 8 avril	VOIRON
1 mai	LYON

**Programme annuel cible: 150€**

Intégrer le collectif FITA c'est :

AVOIR UN OBJECTIF SPORTIF EN FITA

- S'engager à s'entraîner régulièrement dans son club
- S'engager pour l'année à suivre l'ensemble des stages et journées d'entraînement
- Participer aux championnats régionaux SALLE et FITA

# COLLECTIF PARCOURS

<b>OBJECTIF</b>	<b>Faire progresser les archers en CAMPAGNE—3D—NATURE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France individuel et par équipe de club</li> <li>– Compléter la préparation des clubs</li> <li>– Faciliter l'accès au collectif national</li> </ul>
<b>Nos moyens</b>	stages et des regroupements ; suivi personnalisé <b>renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</b>
<b>ACCESSIBILITE</b>	Ouverts aux compétiteurs PARCOURS sur sélection: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Envoi d'une lettre de motivation pour intégrer le collectif</li> </ul>

**Programme annuel parcours: 150€**

2 et 3 décembre	VOIRON
3 et 4 mars	VOIRON
1 mai	À définir

Intégrer le collectif PARCOURS adulte ou jeune c'est :

AVOIR UN OBJECTIF SPORTIF EN CAMPAGNE—NATURE—3D

- S'engager à s'entraîner régulièrement dans son club
- S'engager pour l'année à suivre l'ensemble des stages d'entraînement
- Participer aux championnats régionaux



# BULLETIN INSCRIPTION PROGRAMME SPORTIF

## AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



NOM	
PRENOM	
CLUB	
N°LICENCE	
CATEGORIE	
Type ARC	
COCHER LA CASE	<input type="checkbox"/> <b>Je souhaite m'inscrire pour le programme:</b>
	<input type="checkbox"/> Journée détection 10€
	<input type="checkbox"/> GROUPE BENJAMIN-MINIME 200€
	<input type="checkbox"/> GROUPE CADET-JUNIOR 200€
	<input type="checkbox"/> ADULTE FITA 150€
	<input type="checkbox"/> COLLECTIF PARCOURS 150€

*Je dois participer à la journée de DETECTION pour intégrer un collectif jeune*

Les groupes JEUNES FITA sont des relais privilégiés des CLUBS FORMATEURS REGIONAUX en intégrant les meilleurs jeunes directement

*Joindre une lettre de motivation pour intégrer le GROUPE ADULTE et/ou le COLLECTIF PARCOURS pour motiver son projet*

Bulletin d'inscription à renvoyer au secrétariat accompagné du chèque correspondant au règlement

Tous les stages sont encadrés par les entraîneurs professionnels, membres de l'Equipe Technique Régionale



Retrouvez toutes les informations sur notre site

[www.tirarc-auvergnerrhonealpes.fr](http://www.tirarc-auvergnerrhonealpes.fr)

Renseignements par mail [secretariat@tirarc-auvergnerrhonealpes.fr](mailto:secretariat@tirarc-auvergnerrhonealpes.fr)

ou par téléphone 04 74 19 16 15

Comité Auvergne-Rhône-Alpes Tir à l'Arc 16 Place Jean-Jacques Rousseau  
CS 92013 38307 BOURGOIN JALLIEU CEDEX — 04 74 19 16 15 -