



# COMITE AUVERGNE- RHONE-ALPES TIR A L'ARC

Le comité régional propose un PROGRAMME SPORTIF TAE distances internationales adapté aux **COMPETITEURS** pour vous permettre de progresser et d'augmenter vos **PERFORMANCES** grâce un encadrement qualifié et compétent, ainsi que par des situations d'entraînement et de confrontation : 3 groupes



<b>GROUPE BENJAMIN MINIME</b>	Assurer la formation des jeunes archers dans une perspective sportive orientée vers la compétition TAE (en complément des clubs) et favoriser l'accès aux pôles Espoir ou France Relève
<b>GROUPE CADET JUNIOR</b>	Optimiser la formation des jeunes espoirs en TAE (en complément des clubs) et augmenter le niveau de performance des Cadets- Juniors
<b>ADULTE FITA</b>	Offrir aux meilleurs archers régionaux un service d'entraînement supplémentaire Proposer à l'élite régionale un accompagnement personnalisé



**La Région**  
Auvergne-Rhône-Alpes



# Benjamin/Minime



# Cadet/Junior

<b>OBJECTIF</b>	<b>GRUPE BENJAMIN MINIME (BM)</b> Faire progresser les archers en FITA <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France</li> <li>– Accompagner les archers vers les pôles espoirs ou pôle France relève</li> </ul>	<b>GRUPE CADET JUNIOR (CJ)</b> Faire progresser les archers en FITA <ul style="list-style-type: none"> <li>– Préparer les championnats de France</li> <li>– Augmenter les niveaux de performance</li> </ul>
<b>MOYENS</b>	Renforcement <b>TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</b> <u>Stages</u> pendant les vacances et regroupements mensuels avec des durées adaptées (stage plus long pour les cadets-juniors) 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>– Après un stage DETECTION d'une journée</li> </ul>	

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**

PLANNING PREVISIONNEL

<b>DETECTION</b>	5 octobre	RIOM
<b>au choix:</b>	6 octobre	VOIRON
<b>STAGE BM</b>	21 / 23 octobre	VICHY
<b>STAGE CJ</b>	30 octobre/2 novembre	VOIRON
<b>SUIVI BM CJ</b>	23 novembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI BM CJ</b>	15 décembre	LYON / RIOM
<b>SUIVI BM CJ</b>	11 janvier	LYON / RIOM
<b>SUIVI BM CJ</b>	1 février	LYON / RIOM
<b>STAGE *BM CJ</b>	15/16 février	RIOM
<b>STAGE BM CJ</b>	4/6 mars	VOIRON
<b>SUIVI BM CJ</b>	21 mars	LYON / RIOM
<b>STAGE CJ</b>	20/24 avril	VOIRON
<b>STAGE BM</b>	22 au 24 avril	VICHY
<b>SUIVI BM CJ</b>	21 mai	LYON/ RIOM
<b>STAGE CJ*</b>	8 au 10 juillet	VOIRON
<b>STAGE BM*</b>	15 au 17 juillet	VICHY

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 **stages**: vous suivez le programme BM ou CJ selon votre catégorie d'âge

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

⇒ En **février/mars** vous participez à un stage soit pour préparer les championnats de France salle, soit pour préparer l'extérieur

\* STAGE PREPARATION CHAMPIONNAT DE France (date et lieu à VALIDER)

**Programme annuel : 200€ tout compris (hébergement, restauration, encadrement)**



# ADULTE TAE

<b>OBJECTIF</b>	<p>Faire progresser les archers en TAE aux distances internationales</p> <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>– Favoriser la confrontation des meilleurs archers, des meilleures équipes</li> </ul>
<b>MOYENS</b>	<p>stages et des regroupements ; suivi personnalisé renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL</p> <p><b>Pour l'élite: un accompagnement personnalisé et des aides spécifiques (établir un projet de suivi, les besoins spécifiques, les aides) * NOUVEAU</b></p>
<b>ACCESSIBILITE</b>	<p>Ouverts aux compétiteurs TAE sur sélection:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Envoi d'une lettre de motivation pour intégrer le collectif</li> </ul>

PLANNING PREVISIONNEL

16/17 novembre	RIOM
14 décembre	LYON
11 janvier	RIOM
8 février	LYON
28/29 mars	VOIRON
1 mai	LYON
1 juin	LYON

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

**Programme annuel : 150€**



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



# BULLETIN INSCRIPTION PROGRAMME SPORTIF

NOM		
PRENOM		
CLUB		
N°LICENCE		
CATEGORIE		
Type ARC		
<input type="checkbox"/> cocher la case	<b><u>Je souhaite m'inscrire pour le programme :</u></b>	
	Journée détection TSF VOIRON	10€
	Journée détection RIOM	10€
	GRUPE BENJAMIN-MINIME	200€
	GRUPE CADET-JUNIOR	200€
	ADULTE TAE dist-inter	150€

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

*je dois participer à une journée de DETECTION (à cocher) pour intégrer un collectif jeune BM ou CJ (à cocher)*

*Joindre une lettre de motivation pour intégrer le GROUPE ADULTE pour motiver son projet sportif*

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



Retrouvez toutes les informations sur notre site  
[www.tirarc-auvergnerhonealpes.fr](http://www.tirarc-auvergnerhonealpes.fr)

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

