



ANIMATEUR

TIR À L'ARC

Formation initiale

OBJECTIFS

- Préparer une séance adaptée au public senior.
- Animer une séance dans un espace de pratique aménagé en sécurité.
- Connaître et maîtriser les gestes techniques liés au tir à l'arc.

CONTENUS

- Cadre réglementaire.
- Sécurité de la pratique.
- Aspects techniques et pédagogiques liés à l'activité.
- Utilisation du matériel (équipements, réglages).

MÉTHODES

- Apports théoriques.
- Mises en situations pratiques.
- Échanges et partage autour de travaux collectifs.
- Mise à disposition d'outils pédagogiques.

CONDITIONS D'ACCÈS / PRÉREQUIS

- Avoir validé le Module 1 et être à jour du PSC1 (Prévention et secours civiques niveau 1) ou le passer prochainement.
- Justifier de vingt heures de mise en situation en club.
- Maîtriser la sécurité de la discipline : ordre au pas de tir et récupération de flèche.
- Faire preuve d'autodiscipline.
- Monter son arc, faire le contrôle du band et l'utiliser.
- Faire des réglages simples sur un arc classique.
- Pratiquer le tir avec viseur.
- Réaliser un objectif de réussite : distance 15 m, blason de 80 cm, 130 points en 6 volées.
- Connaître les caractéristiques de son arc (hauteur, puissance des branches, allonge, puissance à l'allonge et band).
- Avoir un arc adapté à son allonge, sa puissance et avoir vérifié la compatibilité des flèches.
- Avoir travaillé sa séquence de tir : point d'encrage, tombée d'arc (dragonne et protection obligatoire).

INTERVENANTS

- Instructeurs fédéraux et/ou Intervenant extérieur.

CONTACT

Tél. 04 76 53 09 80 • formation@federetraitesportive.fr

DURÉE
32 heures

EFFECTIF
16 personnes
maximum