

N° du dossier :

A remplir par la
LFBTA

CONTENU DES SEANCES ECOLE DE FORMATION DE TIR À L'ARC

DÉNOMINATION DU GROUPE ou NOM DU CLUB :

A remplir par le cadre sportif

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

A remplir par le cadre sportif

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

N° séance :

Thème	Durée	Type d'exercice / Nombre de flèche	Organisation (distance / blason)	Consignes
Echauffement				
Partie principale				
Autre				

Pour plus de séances faire des copies