



L'Arc Club Saint-Lois vous propose une **initiation aux disciplines de parcours** sur la journée du 19 avril 2025

La journée a pour objectif de faire découvrir aux compétiteurs les différentes disciplines de parcours, en expliquant les règles et techniques qui y sont propres.

Programme

A partir de 9h30 : arrivée des archers

10h00 : archers prêts et arc monté

10h00- 11h30 : réglage de 5m en 5m + apprentissage de quelques techniques d'estimation des distances

11h30-12h : apprentissage de la « bascule » (tir en contre-bas)

12h00-12h10 : apprentissage des types de cibles et blasons, zones, points, points de règlements

12h10-13h00 : Repas

13h00-13h15 : Formation des pelotons et départ des pelotons échelonnés dans la petite boucle du parcours avec blasons campagne, cible 3D et blasons nature

16h30 : Retour des pelotons, rapide débriefing, rangement du matériel.

5€ /pers

Informations importantes

Pour que tout **se** déroule bien, surtout dans les bois, nous sommes toujours intéressés par la présence d'entraîneurs connaissant les parcours ou non (**le préciser**) afin d'encadrer les pelotons. Des archers confirmés seront présents.

Afin de simplifier l'organisation, nous proposerons une formule barbecue aux archers s'étant inscrits. Pour l'après-midi il faut prévoir bouteille d'eau et de quoi grignoter : le parcours de St-Lô est un peu **fatigant**.

Il est impératif d'avoir des chaussures adaptées à la marche dans un terrain accidenté, le bois est pentu. Chaussures à semelles lisses interdites ! Pensez aussi à la tenue : le jogging blanc est déconseillé ; tenue de randonnée, prévoir des vêtements de pluie et un change suivant la météo.

Contrairement aux autres années le parcours sera aussi ouvert dès le matin aux archers confirmés pour une pratique en autonomie, et l'après-midi un mix des pelotons avec les novices sera fait si possible, et un encadrement plus technique des pelotons sera mis en place.

Cette journée est aussi ouverte aux hors Manchots.

Plan d'accès, coordonnées GPS

N 49° 7' 32.214" W 1° 6' 16.9772" Sur Google maps : Terrain extérieur ACSL

