

# 6 bonnes raisons de faire du tir à l'arc

## **UN SPORT ACCESSIBLE A TOUS**

Le tir à l'arc est un sport de précision qui se pratique en club. Que ce soit pour le loisir, en famille ou pour la compétition, il favorise les échanges entre toutes les générations

## **UN SPORT QUI PERMET DE PROGRESSER VITE**

Des tests organisés par les clubs permettent d'évaluer la progression de l'archer .

Le choix du matériel est adapté à la morphologie de chacun. Durant la période d'initiation, le matériel (arc et flèches) est mis à disposition par le club.

## **UN SPORT QUI FAIT GAGNER EN CONFIANCE**

Sport de concentration, le tir à l'arc permet de mieux se connaître, de construire sa personnalité et de gagner en confiance. Il requiert une bonne maîtrise de soi pour gérer ses émotions. Il apporte ainsi beaucoup de rigueur au quotidien.

## **UN SPORT BON POUR LE CORPS ET L'ESPRIT**

Le tir à l'arc est un sport complet procurant de nombreux bienfaits physiques. Il fait travailler l'ensemble du corps et contribue à l'amélioration de la coordination des mouvements. Le tir à l'arc donne une sensation de liberté et de calme intérieur. Il est idéal pour canaliser son énergie et améliorer sa concentration.

## **UN GRAND CHOIX D'ACTIVITES**

Sport individuel, le tir à l'arc se pratique aussi en équipe avec un grand choix de disciplines. Chacun peut s'y reconnaître selon ses goûts et ses aptitudes physique.

## **UN SPORT QUI SE PRATIQUE TOUTE L'ANNEE**

En extérieur, du printemps jusqu'au mois d'octobre (sur terrain plat ou sur des parcours en pleine nature). En salle durant les saisons automne/hiver.

Les encadrants des clubs transmettent les valeurs du sport : fair-play, tolérance, respect et partage. Elles sont essentielles à l'épanouissement et à l'éducation des jeunes.

En rejoignant un club, la sécurité est garantie avec des équipements toujours adaptés et sécurisés pour le bien-être des adhérents.