



**Mail :** [archers.souillac@gmail.com](mailto:archers.souillac@gmail.com)

**Site:** [arcsouillac.sportsregions.fr](http://arcsouillac.sportsregions.fr)

**Contact:** Bruno au 06.63.29.09.73



## Tarif Adhésion (Licence FFTA+ part club) 2023/2024

CATÉGORIES DE LICENCES	ADHERENT(E) NE(E)	CATEGORIES D'AGE	PRATIQUE EN CLUB	PRATIQUE EN CLUB ET COMPÉTITIONS
<b>ADULTES</b>	AVANT LE 01.01.1965 ENTRE LE 01.01.1965 et le 31.12.1984 ENTRE LE 01.01.1985 ET LE 31.12.2003	S3(senior3) S2(senior2) S1(senior1)	<b>90€</b>	<b>100€</b>
<b>JEUNES</b>	ENTRE LE 01.01.2004 ET LE 31.12.2006 ENTRE LE 01.01.2007 ET LE 31.12.2009 ENTRE LE 01.01.2010 ET LE 31.12.2011 ENTRE LE 01.01.2012 ET LE 31.12.2013	U21 (juniors) U18 (cadets) U15 (benjamins) U13 (minimes)		<b>85€</b>
<b>POUSSINS</b>	APRÈS LE 01.01.2014	U11(poussins)		<b>75€</b>

Pour devenir membre de « **Les Archers du pays de Souillac** » le club propose une séance initiation gratuite et 3 autres au tarif de 15€, si adhésion au club cette somme est déduite du montant de l'adhésion.

**Pour les nouveaux adhérents certificat médical obligatoire de non contre indication à la pratique du tir à l'arc en compétition.**

**Pour les anciens adhérents avec certificat médical de moins de 3 ans attestation de santé signée à présenter à l'inscription**

Possibilité de bénéficier d'un règlement partiel par coupons sport, se renseigner auprès du CCAS de votre Mairie, possibilité de règlement par chèque Horizon, MSA.....

Tarif famille : 20€00 de réduction à partir de la troisième adhésion (père, mère, frères ou sœurs même adresse.)

## Fonctionnement du club

« **Les Archers du Pays de SOUILLAC** » est un club affilié FFTA destiné à la pratique du tir à l'arc en loisir comme en compétition. Le club est ouvert aux jeunes à partir de 8 ans après essai pour évaluer la capacité physique à tirer sur la corde d'un arc ainsi que la compréhension du règlement et des consignes de sécurité et aux adultes sans limite d'âge.

Il est entièrement géré par des bénévoles ; lors des manifestations ou compétitions, les parents seront les bienvenus pour apporter toute aide et notamment au transport des archers. En fonction de sa disponibilité, la

mairie de Souillac prête un véhicule 09 places, « le Gabarot », frais de carburant à notre charge. Pour tous les nouveaux adhérents le matériel est prêté lors de la première année de tir. Une caution sera demandée pour le matériel (Arc, Brassard, palette, carquois, dragonne, et flèches)

## Le bureau **Les Archers du Pays de Souillac**

**Président** : Bruno JESUS,

**Vice- Président** : Christian RIGAL

**Trésorière** : Karine JESUS,

**Trésorière adjointe** : Virginie DESTREL

**Secrétaire** : Nathalie BINOIS

**Secrétaire adjoint** Nathalie BAILLE

# Les bienfaits du Tir à l'Arc

Le Tir à l'arc est un sport qui fait appel à des qualités physiques et mentales. C'est un sport d'adresse, ludique et non violent. Il se pratique en plein air le plus souvent dans un cadre de verdure où le calme est de rigueur ou bien en salle pendant la saison hivernale.

## Bon pour la tête

Sport de rigueur, de précision, de concentration, de régularité, le tir à l'arc développe et exige équilibre, volonté, maîtrise de soi, résistance au stress.

L'exigence en matière de concentration est telle que le tir à l'arc permet de faire le vide.

## Bon pour le corps

Pour pratiquer le tir à l'arc sportif, une bonne condition physique générale est indispensable.

La pratique du tir à l'arc développe surtout le haut du corps, le tireur lorsqu'il met l'arc en tension doit faire appel aux muscles des deux parties du corps, qu'il soit droitier ou gaucher. Ceci n'est possible que si la puissance de l'arc, et le matériel de tir en général sont bien adaptés aux capacités physiques et à la morphologie de l'archer, ainsi qu'à sa pratique. Les muscles les plus sollicités sont ceux du dos, des épaules, de la ceinture abdominale et des bras. Les tendons des doigts, des bras et des épaules sont également mis à l'épreuve.

## Pour les jeunes

Le tir à l'arc est une discipline ludique, l'image de Robin des Bois est toujours présente dans la tête des enfants. Pour les enfants ayant des problèmes de maintien et d'équilibre, le tir à l'arc peut

être un bon sport, en restant toujours très vigilant sur le choix de la puissance de l'arc.

# Tir à l'arc

Venez rejoindre **les Archers du Pays de Souillac** à partir du **11, 12 et 13 septembre 2023**  
Dès 8 ans pour les jeunes et sans limite d'âge pour les adultes



## HORAIRES DES ENTRAINEMENTS

❖ Lundi adultes 18h00-20h00 avec Bruno et Fabrice

- ❖ Mardi jeunes **17h30-19h30** avec Christian et Nathalie
- ❖ Mercredi jeunes **16h00-18h00** avec Christian et Bruno
- ❖ Mercredi adultes **18h30-20h30** avec Christian et Fabrice

### **LIEUX DES ENTRAINEMENTS**

- ❖ Palais des congrès à Souillac de septembre à avril
  - ❖ Stade de Lachapelle-Auzac d'avril à juin