



Préparation saison salle Lundi 23 décembre 2019 de 9h00 à 17h00

Ouverture du gymnase à 8h30

ENCADREMENT

Christophe CARRIER

Nathalie PLOMION



12 € par jeune

PROGRAMME



Perfectionnement du travail des groupes de la semaine :
Préparation physique, travail technique, travail mental
Mise en situation de compétition.



INSCRIPTION

Inscription et règlement sur la page web du site Hello Asso. Lien ci-dessous

<https://www.helloasso.com/associations/1ere-compagnie-d-arc-de-nanteuil-le-haudouin/evenements/stage-de-noel>

INTENDANCE

Prévoir un repas à réchauffer pour le lundi midi
(Nous déjeunerons au jeu d'arc).

EQUIPEMENT

Tenue de sport ; **une autre paire de chaussures de sport pour le gymnase**

Matériel de tir : arc, 6-10 flèches en bon état, petit matériel de rechange

Divers : tenue adéquate pour se rendre à pied au jeu d'arc pour déjeuner

