



# Préparation physique

Du 19 février au 22 février 2019

06-08-54-71-30  
[www.arcimpact.fr](http://www.arcimpact.fr)



## Stage Préparation physique

L'hiver est la période adéquat pour mettre en place une préparation physique générale, puis spécifique au tir à l'arc. Il est temps de contrôler son arc plutôt que de le subir.

Ouvert aux licenciés FFTA, débutants ou confirmés, toutes disciplines et toutes armes.

## Bourget-du-Lac (73)

- **Renforcement musculaire**
- **Gainage • Cardio**
- **Temps de tir**

# 276€

REPAS DE MIDI INCLUS

Le stage se déroule à l'espace Traverse du Bourget-du-Lac

Début des journées : 09h00 | Fin des journées : 17h30 | Repas inclus

**ARC IMPACT**

12 chemin du Four | Le Puiset, 73800 PLANAISE  
06-08-54-71-30 | [contact@arcimpact.fr](mailto:contact@arcimpact.fr)

