



Préparation physique

Du 27 octobre au 30 octobre 2020

06-08-54-71-30

www.arcimpact.fr



Chatenay Malabry (92)

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



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.

ARC IMPACT

12 chemin du Four | Le Puiset, 73800 PLANAISE
06-08-54-71-30 | contact@arcimpact.fr



293€

REPAS DE MIDI INCLUS

Le stage se déroule au complexe sportif Louis Hachette, Avenue Paul Langevin 92350 - Le Plessis-Robinson

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