



COMITE AUVERGNE- RHONE-ALPES TIR A L'ARC



Le comité régional propose un **PROGRAMME SPORTIF** adapté aux **COMPETITEURS TAE** distances internationales pour vous permettre de progresser et d'augmenter vos **PERFORMANCES** grâce à un encadrement qualifié et compétent, ainsi que par des situations d'entraînement et de confrontation : **4 groupes régionaux**:

5 journées de stage pour découvrir le groupe régional, l'entraînement sportif	U11 U13
Assurer la formation des jeunes archers dans une perspective sportive orientée vers la compétition TAE (en complément des clubs) U13- U15-U18	ACCESSION
Optimiser la formation des jeunes espoirs en TAE (en complément des clubs) et augmenter le niveau de performance . Favoriser l'accès aux pôles Espoir ou France Relève U13-U15-U18-U21	PERFORMANCE
Offrir aux meilleurs archers régionaux un service d'entraînement supplémentaire. Proposer à l'élite régionale un accompagnement personnalisé	ADULTE TAE

D'autres stages ouverts à tous sont organisés par le comité régional et les comités départementaux, renseignez vous auprès de vos clubs et sur notre site



GROUPE REGIONAL JEUNE

U11 → U13
U15 → U18
U21

	Groupe ACCESSION	Groupe PERFORMANCE
OBJECTIF	Faire progresser les archers en TAE - Apprendre à s'entraîner - Préparer les championnats de France - Accompagner les archers vers les pôles espoirs ou pôle France relève	Faire progresser les archers en TAE - Préparer les championnats de France - Augmenter les niveaux de performance - Accompagner les archers vers les pôles espoirs ou pôle France relève
MOYENS	Renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL Stages ACCESSION ou PERFORMANCE pendant les vacances et regroupements mensuels avec des durées adaptées par âge et /ou niveau Suivi régulier avec les clubs. Intégration des U11 & U 13 en 1ère année sur les 5 journées. Accompagnement sur les TNJ, les championnats	
ACCESSIBILITE	Ouverts aux compétiteurs TAE sur sélection: après un stage DETECTION d'une journée	

PLANNING PREVISIONNEL 2026

Inscription Détection 10€	DETECTION	3 octobre	LYON
	au choix:	4 octobre	RIOM
	Stage PERF	19/21 octobre	VICHY
	Stage ACCESSION	27/29 octobre	VOIRON
	SUIVI	29 novembre	LYON / RIOM
	SUIVI	10 janvier	LYON / RIOM
	Stage PERFORMANCE prépa France*	18/19 février	RIOM
	Stage ACCESSION	22/24 février	VICHY
	SUIVI	13 mars	LYON/ RIOM
	Stage U18 U21	12/14 AVRIL	VICHY
	Stage U13 U15	20/22 AVRIL	VOIRON
	SUIVI	22 mai	LYON RIOM
	SUIVI	13 juin	LYON RIOM
	Stage PERFORMANCE prépa France*	12/13 juillet	RIOM

Pour la **détection**, vous choisissez votre lieu, et votre date.

⇒ Une sélection pourra être effectuée pour la journée de détection en regardant les résultats TAE

- Les stages « **PERFORMANCE** » regroupent les archers les plus performants des 2 collectifs U13/15 & U18/21
- Les stages **ACCESSION** permettent d'intégrer un 1er collectif régional U13/15 ou U18/21
- Les **U11 U13** les plus jeunes participent uniquement aux SUIVIS en journées pour préparer l'intégration aux groupes en 2026

* STAGE PREPARATION CHAMPIONNAT de France si vous êtes qualifiés ou STAGE accession pour les non qualifiés en salle

- Pour les **suivis**, vous choisissez votre lieu: LYON ou RIOM

Programme annuel : 250€

tout compris (hébergement, restauration, encadrement) et dotation ERA aux couleurs du comité

— **50€** pour les U11 U13 (5 stages)



groupe régional ADULTE

OBJECTIF	Faire progresser les archers en TAE aux distances internationales Préparer les championnats de France individuel et par équipe de club Compléter la préparation des clubs Favoriser la confrontation des meilleurs archers, des meilleures équipes Accompagner l'élite régionale
MOYENS	Stages et regroupements ; suivi personnalisé; accompagnement en visio renforcement TECHNIQUE—PHYSIQUE - MENTAL Accompagnement personnalisé et des aides spécifiques pour l'élite régionale (établir un projet de suivi, les besoins spécifiques, les aides)
ACCESSIBILITE	Ouvert aux compétiteurs TAE sur sélection Envoi d'une lettre de motivation pour intégrer le collectif

PLANNING PREVISIONNEL*

*sous réserve de modification selon le calendrier des compétitions

STAGE à VOIRON	14/15 NOVEMBRE
SUIVI LYON	12 DECEMBRE
SUIVI BEAUZAC	7 FEVRIER
STAGE à VICHY	20/21 MARS
STAGE à RIOM	1/2 MAI
SUIVI LYON	19 JUIN
SUIVI RIOM* PREPA FRANCE	17/07

Programme annuel : 180€ tout compris (hébergement, restauration, encadrement) et dotation ERA aux couleurs du comité



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Le coût des stages est calculé au plus juste grâce aux aides dont bénéficie le comité (région, fédération, ANS ...)

Comité Auvergne-Rhône-Alpes Tir à l'Arc Maison Régionale des sports 68 avenue Tony Garnier - CS 21001

69304 LYON Cedex 07 04 74 19 16 15 - @ : secretariat@tirarc-auvergnerhonealpes.fr

www.tirarc-auvergnerhonealpes.fr

INSCRIPTION GROUPE REGIONAL

⇒ Pour s'inscrire aux **GROUPE REGIONAUX JEUNES**: ça commence par la journée de détection

⇒ Pour le **GROUPE REGIONAL ADULTE** : un courrier pour présenter son projet sportif

⇒ INSCRIPTION en ligne via le lien ci contre, le paiement se fera par virement ou chèque

⇒



Intégrer les collectifs c'est

AVOIR un OBJECTIF en TAE

- Avoir une démarche sportive, se donner les moyens de réussir sa saison
- S'engager à s'entraîner régulièrement dans son club (2/3/4/5 fois par semaine)
- S'engager pour l'année à suivre l'ensemble des stages et journées d'entraînement
- Participer aux championnats régionaux SALLE ou TAE Distances internationales



Retrouvez toutes les informations sur notre site www.tirarc-auvergnerhonealpes.fr

Renseignements par mail secretariat@tirarc-auvergnerhonealpes.fr
ou par téléphone 04 74 19 16 15

Comité Auvergne-Rhône-Alpes Tir à l'Arc
Maison Régionale des sports 68 avenue Tony Garnier
69304 LYON Cedex 07

Tous les stages sont encadrés par les entraîneurs professionnels, membres de l'Equipe Technique Régionale



STAGE pour tous!

4 journées thématiques pour donner les clés de l'ENTRAINEMENT



Stage ARCHER adultes



une journée de STAGE pour comprendre la pratique du tir à l'arc et PROGRESSER:

- APPORT THEORIQUE
- Atelier VIDEO pour s'approprier le contenu
- SESSION PRATIQUE sur le terrain pour progresser

Des journées à thème, au choix

- ENCADREES par les entraîneurs professionnels de l'ETR
- ACCESSIBLES à tous: tout niveau, toute expérience
- Pour ceux qui veulent PROGRESSER dans leur pratique

Les thèmes de la journée	Date	Lieu
« Apprendre » à s'entraîner	OCTOBRE	63
S'entraîner « PHYSIQUE »	NOVEMBRE	69
S'entraîner « TECHNIQUE »	JANVIER	42
S'entraîneur « MENTAL »	MARS	74






renseignements sur le site www.tirarc-auvergnerrhonealpes.fr ou auprès du secrétariat secretariat@tirarc-auvergnerrhonealpes.fr

TARIF: 35€
par archer la journée
(/virement)

Inscription via le lien
<https://tinyurl.com/STAGEARCHERS26>

L'inscription aux stages PERFECTIONNEMENT se fera via un lien disponible sur le site



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



RÉGION ACADÉMIQUE
AUVERGNE-
RHÔNE-ALPES

*Liberté
Égalité
Fraternité*



**AGENCE
NATIONALE
DU SPORT**