

CALENDRIER

- Dimanche 9 décembre : passage de flèches à 14h
- Dimanche 16 décembre : pas de cours (judo)
- Du 22-12 au 01-01 : fermeture gymnase (vacances scolaires)
- Mardi 9 janvier : passage de flèches à 19h
- Samedi 19 janvier : tir à la galette



G. Porée, président de la section tir à l'arc,
Y. Révillon, maire de Bois-Colombes,
P. Lulin, Bois-Colombes Sports

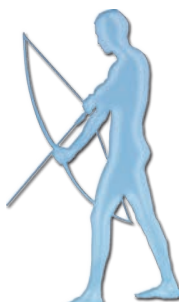


Les coupes et récompenses

Merci à tous ceux qui ont contribué (par leur énergie, leurs talents divers, et la disponibilité qu'ils ont bien voulu offrir) à ce que cet événement majeur de notre saison soit une réussite !

“ La flèche
a déjà atteint
sa cible avant
d'avoir laissé
l'arc. ”

PROVERBE ZEN



CONCOURS DE BOIS-COLOMBES

Samedi 1^{er} et dimanche 2 décembre, nous avons réuni 140 archers venus de toute la région parisienne, pour un concours salle qualificatif aux Championnats de France ; plusieurs de ces archers viennent en amateur, pour leur plaisir ; certains sont des champions reconnus au niveau

national et international. Les concours, c'est l'occasion de rencontrer ou de retrouver des connaissances, de passer un bon moment entre personnes que la même passion anime, et de fabriquer ensemble quelques bons souvenirs. Les Archers de Bois-Colombes ont été nom-

breux à obtenir des places fort honorables... Saluons en particulier la performance de **Xavier de la Bretèche** (1^{ère} place) et d'**Alain Resche** (2^{ème} place) dans leur catégorie.

Les résultats complets seront bientôt visibles sur le site internet du club www.archersbcs.com

Calendrier et résultats des concours sur le site www.fft.fr



le terme technique La palette

Veillez à utiliser la palette, cette simple pièce de cuir qui protège vos doigts. Si elle vous serre trop : vous pouvez la découper pour mieux l'adapter. Quand vous aurez un peu progressé, envisagez d'acheter une palette plus perfectionnée : cela améliorera votre prise de corde, et la décoche sera plus précise.



- l'astuce sur le pas de tir

Pour éviter que votre arc ne gêne les autres archers sur le pas de tir : arrangez-vous pour qu'il reste toujours à la verticale. Lorsque vous encochez une flèche : pensez à poser l'arc sur votre pied. Quand vous avez terminé votre volée : veillez à ne pas basculer votre arc sur les côtés avant de quitter le pas de tir pour aller le placer sur les repose-arcs.

ADRESSES UTILES

- Le site du club : www.archersbcs.com : dates, informations, horaires...
- mail : sebastien.janer@archersbcs.com
- FFTA : www.fft.fr
- pour vos achats : Top Archerie : 163 bd Jean Allemane à Argenteuil
Gold Archerie : 4 av Gustave Stresemann à Suresnes
Décathlon rayon archerie : les Chanteraines à Gennevilliers, demandez Laurent

LECTURES - FORUMS

- Magazine : Tir à l'Arc Magazine : abonnement sur http://www.fft.fr/Presse/Revue_abonnement.html
- Livres : Vous trouverez en archerie ou sur internet de nombreuses publications
- Forum : <http://www.integralsport.com/>
<http://www.webarcherie.com/forum/index.php>
- Exercices : <http://fondamentaux.tir.arc.site.voila.fr/>