



Association loi 1901 - 63240 Le Mont Dore
Portable : 06.08.85.44.71 - Email : t.air.aventure@orange.fr
Site : <http://tairaventure.jimdofree.com>

Journal des T'Airiens

Novembre 2023



Stage



Tir à l'arc



Gymnastique



Infos



Stage :

Pendant les vacances de la Toussaint, lors de la deuxième semaine, les archers de la section de Tir à l'arc ont pu venir sur le domaine des Puy au village vacances VTF à St Sauves d'auvergne, pour un stage de perfectionnement.

Lors de ce stage, ou l'objectif était l'amélioration de la condition physique générale, travail de la technique de tir, et le renforcement musculaire du haut du corps.

En fin de journée, les archers se sont retrouvés à la piscine, dans un premier temps pour effectuer quelques longueurs et terminer par un moment de détente dans l'eau.

Maintenant, certains archers, se prépare pour les prochaines compétitions aussi bien en UFOLEP que pour une sélection aux rencontres des clubs militaires de Tir à l'arc.



Tir à l'arc :

Pour la saison 2023-2024, de nouveaux archers nous ont rejoint, notamment trois jeunes de l'établissement TZA NOU situé sur la commune de la Bourboule, attirés par la discipline qui leur permet de pratiquer une activité physique alliant l'adresse et la concentration. Ils sont motivés et certains d'entre eux aimeraient performer dans les futures compétitions.



Gymnastique :

Depuis début septembre, les gymnastes du Sancy, bénéficient d'un créneau supplémentaire. Cette séance permet aux gymnastes de pouvoir améliorer leurs différents mouvements acrobatiques, gagner en souplesse et en assurance.



Infos :

L'association T'Air Aventure toujours motivée pour proposer de nouvelles activités, a pris contact avec une entreprise pour l'acquisition de matériel, ludique et facile d'utilisation, adapté à toutes générations pour de l'amélioration de la condition physique générale...

Nous la présenterons dans les mois qui viennent...

**Associativement
Jean-François & Astrid**

