

Stage préparation physique



LA PREPARATION PHYSIQUE

Deux cadres vous proposent une méthode pour votre préparation physique.

Parce-que notre déficience physique est la première source de stress.

Nous proposons une série de situations favorisant la bonne sélection musculaire pour une posture efficace.

De gros volumes de flèches seront tirés .. on vous attend !

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

Inscription & Réservation



RDV au Gymnase de Seaux 92

Gymnase du centre rue des
Imbergères 92330 Seaux



**Du 29 Octobre au 1er
Novembre 2026**

RDV le jeudi à 09h et fin à 17h15
Vendredi, samedi et dimanche
de 9h00 à 17h15



Tarif

200 euros /pers



+33 6 98 41 27 56

Daniel RECHAUSAT

inscription.stageparcours.idf@gmail.com

informations :parcours@tirararcidf.com



+33608547130



www.arcimpact.eu

Canva