



**Société Fribourgeoise des Tireurs Sportifs
Freiburgischer Sportschützenverband**

Marcel Zürcher, Entraîneur cantonal
Rte de Villaz 33
1690 Lussy FR
079 648 31 43
laitlussy@bluewin.ch

Aux entraîneurs juniors
des sociétés de tir à 10m de la SFTS

Séance technique des entraîneurs 10m.

Cher entraîneur,

J'ai le plaisir de te convoquer à une séance technique d'entraîneur carabine 10m le :

Lundi 26 octobre 2020 au stand de Cottens à 19 heures.

Les thèmes traités sont les suivants :

- Se remémorer les bases de la position du tir debout.
- Améliorer les compétences techniques de l'entrée en cible.
- L'importance de la respiration dans la séquence de tir.
- Quelles sont les possibilités de réglages avec le nouveau règlement ISSF.
- Discussions et questions.

Ces thèmes ont pour objectif d'améliorer la technique individuelle et ainsi faire avancer les jeunes dans l'apprentissage du tir, car l'impatience d'un jeune qui ne progresse plus fait qu'il arrête souvent la pratique du tir.

Ta participation à cette séance est recommandée. Elle te permettra de compléter tes compétences techniques et de trouver d'éventuelles réponses sur des sujets qui te sont moins connus.

Je reste bien entendu à ta disposition pour d'éventuelles questions.

Dans l'attente de te retrouver au stand de Cottens, je t'adresse mes meilleures salutations sportives.

Marcel Zürcher