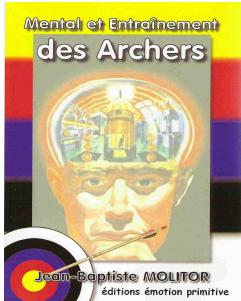


## Document numéro L1 Mental et Entraînement des Archers



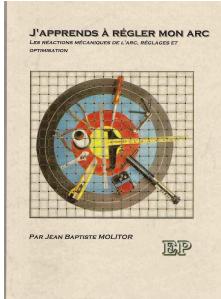
Ce livre a pour objectif de répondre:  
A la demande des archers qui n'ont pas d'encadrement technique  
Aux bénévoles qui souhaiteraient mieux comprendre le fonctionnement des tireurs qu'ils encadrent  
Aux initiateurs et entraîneurs de club qui auront ainsi sur un plan pédagogique, un recyclage permanent

## Document numéro L2 Guider son Mental



Traite des sujets: Le tir instinctif, l'oeil directeur, la respiration daphragmique la concentration, le rythme, l'aptitude féminine, le gel, la maladie de la carte, le selforder

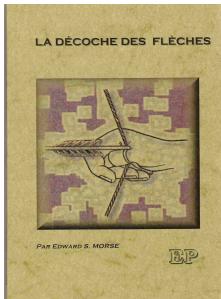
## Document numéro L3 J'apprends à régler mon arc



Ce livre s'adresse aux archers débutants aussi bien qu'à ceux qui ont déjà un niveau élevé.

Il rappelle quelques principes et surtout la notion de compétences

## Document numéro L4 La décoche des flèches



A la fin du 19ème siècle Edward S. Morse réalisa la première étude approfondie sur les différents types de décoches

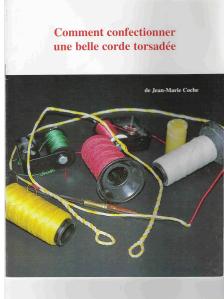
## Document numéro L5 Découvrir et pratiquer le Tir à l'Arc



Explique les notions essentielles du tir à l'arc, avec ou sans viseur. Tous les conseils qui peuvent vous être donnés en club, par des tireurs chevronnés ou un entraîneur, sont là. L'ensemble constitue une aide utile au tireur débutant. Un tireur expérimenté voulant entraîner les autres trouvera là un bon support pour construire un cours

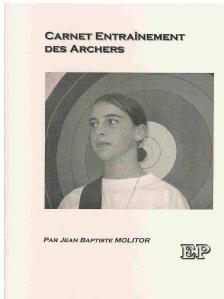
## Document numéro L6 Comment confectionner une belle corde torsadée

Méthode illustrée de 12 pages expliquant la réalisation des cordes torsadées



## Document numéro L7 Carnet Entraînement des Archers

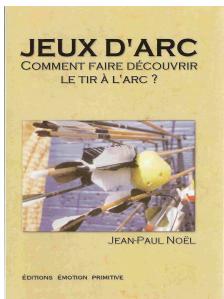
Ce livret permet à l'archer et à son entraîneur la mémorisation de 3 mois de plan d'entraînement, et de compétition



## Document numéro L8 Jeux d'Arc Comment faire découvrir le Tir à l'Arc?

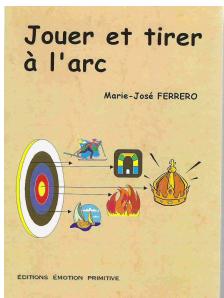
Cet ouvrage est le guide indispensable de toutes associations désirant dynamiser ses activités et ses manifestations.

Il est aussi une mine d'idées pour l'archer désirant diversifier ses entraînements afin d'approfondir sa complicité avec son arc.



## Document numéro L9 Jouer et tirer à l'arc

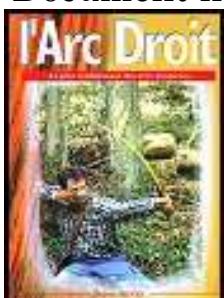
60 jeux afin de rendre l'apprentissage du tir à l'arc plus attrayant



## Document numéro L10 L'Arc Droit

Le plus traditionnel des arcs modernes

L'arc, les flèches, l'équipement et les techniques de tir, présentés à travers des textes clairs abondamment illustrés. Un ouvrage complet, qui permet aux débutants de se lancer dans l'aventure de l'arc traditionnel et aux archers confirmés de vérifier leur technique.



## Document numéro L11 Les fondamentaux du tir à l'arc



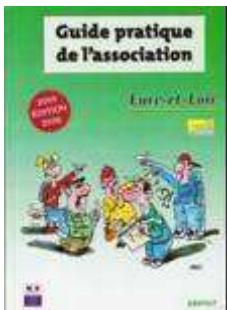
Jacques Rousseau, grâce à sa grande expérience en tant que professeur de sport et entraîneur de différentes équipes de France, présente l'ensemble des connaissances pour l'initiation et le perfectionnement. Organisé en fonction des différents niveaux fédéraux (arcs blanc, noir, bleu, rouge et jaune), ce manuel permet un apprentissage pragmatique et progressif. Les différents thèmes (l'environnement, le matériel, le physique, le psychologique, la technique), communs à chaque niveau, sont mis en application dans des exercices pratiques.

## Document numéro L12 J'aime le Tir à l'Arc



Avec ce livre, vous allez découvrir le tir à l'arc sportif, ses règles, sa technique, ses spécificités, son histoire.

## Document numéro L13 Guide pratique de l'association



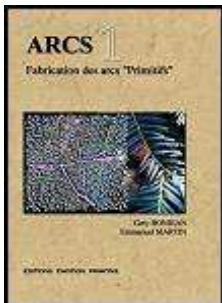
Informations sur la gestion d'une association

## Document numéro L14 Je fais du "Tir" en Campagne



Pour découvrir le Tir Campagne

## Document numéro L15 Arcs 1 Fabrication des arcs "Primitifs"



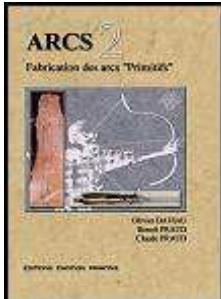
Cet ouvrage est composé de trois parties :

La 1ère dans laquelle Gery explique pas à pas la fabrication d'un arc simple.

La 2ème est un texte d'Emmanuel expliquant comment réaliser les arcs renforcés, la colle et le backing.

La 3ème vous permettra de découvrir les longbows anglais du Mary Rose.

## Document numéro L16 Arcs 2 Fabrication des arcs "Primitifs"



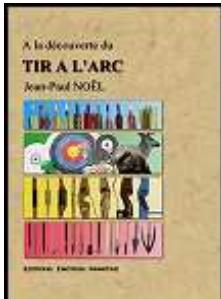
Ce tome 2 d'ARCS est composé de trois parties :

La 1ère dans laquelle Olivier explique pas à pas la fabrication des flèches en roseaux.

La 2ème est un texte de Benoît expliquant comment il réalise ses arcs tordus.

La 3ème de Claude vous fera découvrir la réalisation des arcs de type mongole.

## Document numéro L17 A la découverte du Tir à l'Arc



Cet ouvrage a pour but de vous aider et de répondre à une bonne partie de vos interrogations sur le tir à l'arc et ses pratiques. Le débutant y trouvera quelques repères et pourra s'orienter plus facilement vers le style de tir qui lui conviendra le mieux. Après un jeu de questions/réponses, vous trouverez des données sur le matériel (arcs, flèches et petit matériel), puis des notions sur les techniques de tir.

## Document numéro L18 A la découverte du Tir nature, 3D & Campagne



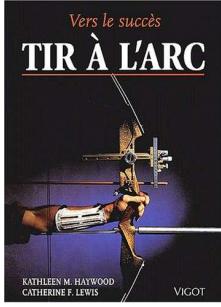
Tirer à l'arc en pleine nature est un plaisir qui attire de plus en plus de passionnés voire de familles. Ce nouveau volet de la collection "A la découverte" est destiné à tous ceux qui, un jour, ont eu envie de pratiquer ces disciplines sans jamais oser franchir le pas. Ce livre a pour but de favoriser ces découvertes et d'accompagner les archers lors de leurs premiers tirs.

## Document numéro L19 A la découverte du tir à la perche verticale



Si nous trouvons des ouvrages sur le tir à la perche, peu nous renseignent sur la pratique même de cette discipline. Dans ces lignes nous allons essayer de partir à la découverte de cette forme de tir à l'arc.

## Document numéro L20 Vers le succès Tir à l'Arc



Le disque au centre de la cible vous paraîtra plus gros quand vous aurez franchi les étapes qui feront de vous un tireur à l'arc accompli!

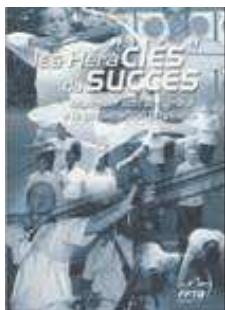
76 exercices pour maîtriser les techniques fondamentales du tir à l'arc

## Document numéro L21 Les 7 conseils capitaux



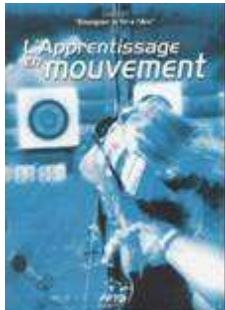
Enseigner le Tir à l'Arc (Nº1)  
A tous ceux qui enseignent le tir à l'arc

## Document numéro L22 Les Héra"Clés" du Succès



Enseigner le Tir à l'Arc (Nº2)  
Maîtriser son arc grâce à la préparation physique

## Document numéro L23 L'Apprentissage en mouvement



Enseigner le Tir à l'Arc (Nº3)  
Organisation du mouvement

## Document numéro L24 Le Tir à l'Arc en Corée



Enseigner le Tir à l'Arc (Nº4)  
Un dispositif au service du haut niveau