

## Contenu journée U15/U18 VARCES 11/11/2023

- MATIN

- ✓ Présentation de la journée
- ✓ Combiné
- ✓ Tir de précision (2)
- ✓ Tir progressif
- ✓ Retour sur les épreuves de la matinée

- APRES MIDI

- ✓ Epreuve de POINT (5 cercles)
- ✓ Travail technique au tir (course d'élan, franchissement ligne pied de jeu, accompagnement, placement cibles précision)
- ✓ Traditionnel simple ou double 1 heure

- BILAN DE LA JOURNEE