



## Série vidéo « Tirez Juste »

# La Démarche Fédérale d'Enseignement

<http://www.fft.fr/medias/serie-video-tirez-juste-la-demarche-federale-denseignement>

La FFTA a le plaisir de vous présenter la série TIREZ JUSTE, six vidéos conçues à partir de la Démarche Fédérale d'Enseignement qui permettront aux archers de travailler les fondamentaux de la technique du tir à l'arc avec leurs entraîneurs de club. Ces petits programmes sont à consommer sans modération, ils ont été tournés dans le cadre du Centre Sébastien Flute de l'INSEP avec la participation des archers du Pôle France et de leurs entraîneurs. Présenté par Jean-Manuel Tizzoni, Entraîneur Adjoint au Pôle France INSEP.

Épisode 1	Le mouvement de l'archer	<a href="https://youtu.be/QlVipew4oMI">https://youtu.be/QlVipew4oMI</a>
Épisode 2	Le verrouillage de bras d'arc	<a href="https://youtu.be/sVdF-ab10PQ">https://youtu.be/sVdF-ab10PQ</a>
Épisode 3	Les membres inférieurs	<a href="https://youtu.be/LSEKsN1TEBA">https://youtu.be/LSEKsN1TEBA</a>
Épisode 4	Le tronc	<a href="https://youtu.be/Pki4knBEX6U">https://youtu.be/Pki4knBEX6U</a>
Épisode 5	La tête et les repères au visage	<a href="https://youtu.be/ZDfb8sFnBHQ">https://youtu.be/ZDfb8sFnBHQ</a>
Épisode 6	Le clicker – Contrôleur d'allonge	<a href="https://youtu.be/KedJ_Wofm70">https://youtu.be/KedJ_Wofm70</a>