



MATÉRIEL NÉCESSAIRE

HABILLEMENT

Le tir à 10m se pratique dans les locaux chauffés. Aussi, il est recommandé le port de vêtements amples, n'entravant pas les mouvements. Merci de vous munir de pantoufles de gym avec des semelles plates, ne couvrant pas la malléole.

MATERIEL DE TIR

Les plombs diablo, délivrés sur le pas de tir, sont compris dans le prix du cours, de même que les cibles. Des caches-œils, ceintures et chronomètres seront également à disposition, sur le pas de tir.

ARMES

Nous vous invitons à vous munir d'un pistolet à air comprimé ou d'un pistolet à CO2 (calibre 4.5), de manière à pouvoir effectuer l'ensemble des exercices de tir qui vous seront proposés.



Les participants ne disposant pas de l'armement nécessaire voudront bien le signaler expressément sur le bulletin d'inscription joint à la présente.

TIR SPORTIF

SOUTIEN A LA RELÈVE PISTOLET

Fondée en 1825, la Société des Carabiniers de Lausanne fait partie des grandes Sociétés de tir du Pays de Vaud. Elle offre aux passionnés de sport de tir l'occasion de pratiquer leur hobby dans le cadre d'installations performantes et dans des plages horaires attractives.

La Section du Pistolet contribue à la promotion de la Relève par la mise sur pied de cours de formation dont le bénéfice est affecté intégralement à la promotion de la Relève junior Pistolet.

Au besoin, les organisateurs se réservent le droit de limiter la participation au cours, afin de préserver un enseignement de qualité.



La position de tir à bras franc en tir sportif au Pistolet 10m



Carabiniers-Lausanne - 2019

**COURS DE BASE
PISTOLET 10M**

PARCOURS DE FORMATION AU PISTOLET

Le tir sportif au pistolet est l'une des rares occasions qui soit donnée d'utiliser une arme de poing. Bien souvent, pour le néophyte, la pratique du tir sportif paraît se limiter à un tir de précision sur cible...

Pourtant, ce qui, de prime abord, peut paraître de peu d'intérêt devient rapidement, pour qui s'en donne la peine, une merveilleuse école de discipline, impliquant self-control, calme et concentration. Et le tir sportif au pistolet trouve son apogée, lorsque, à force de maîtrise, l'arme devient le prolongement parfait du bras et de l'œil...

L'objet de ce cours est de permettre aux participants adultes de se familiariser avec le tir au pistolet 10m, raison pour laquelle la formation reprend pas à pas l'entier des éléments composants la séquence de tir et s'attache également à travailler la préparation mentale du tireur.

Les méthodes d'enseignements dispensées par l'Ecole Fédérale de Sport de Macolin (EFSM), offrent aux participants l'occasion de se familiariser avec le maniement du pistolet 10m, qui sert ensuite de base pour l'apprentissage de toutes les autres disciplines de tir au Pistolet.

Afin de pouvoir assurer un enseignement de qualité, le nombre de participants est volontairement limité, raison pour laquelle les premiers inscrits seront les premiers servis !

Lausanne-Carabiniers est une des rares Sociétés de tir vaudoise à offrir ce type de formation pour les tireurs adultes débutants. Profitez-en !

Le Team des Entraîneurs Pistolet



le lundi soir de mai à juin

TECHNIQUE EN TIR AU PISTOLET 10M

18.30 à 20h.00

Chaque lundi soir : Apprentissage à difficultés croissantes du tir au Pistolet à air comprimé. Technique en tir de précision au Pistolet 10m sous forme de modules de formation hebdomadaires permettant la construction d'automatismes. Entraînements intensifs à la distance 10m au stand de Prilly.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Inscription à retourner jusqu'au **15.04.2019** à :

Y. Logean, Ch. du Crochet 11, 1035 Bournens

- Je ne dispose pas d'un P10m, m'en fournir un
- Je n'ai jamais tiré au pistolet (tireur débutant)
- Je suis gaucher

× - Cocher ce qui convient

Nom / Prénom / année de naissance

Adresse du domicile

Mail

Téléphone

FINANCE DU COURS

Fr. 200.- par participant,

montant comprenant **la mise à disposition du matériel de tir suivant , sur le pas de tir :**

- Pistolet à air comprimé, plombs et cibles
- bouchons auriculaires personnels
- ceinture de tir, cache-œil et chronomètre

Pour vous inscrire : info@ecole-pistolet-lausanne.ch

Attention, les places sont limitées !

LAUSANNE-CARABINIERS

Direction du Cours

Contact : Yves Logean - Expert J+S en tir sportif

Mobile : 079/ 567.15.73

Mailto : yves.logean@bluewin.ch



Ce cours de formation est actuellement complet et les dates des prochains cours de formation à 10m ne sont pas encore connues.

Pour tout renseignements, contactez-nous par mail sous : info@ecole-pistolet-lausanne.ch