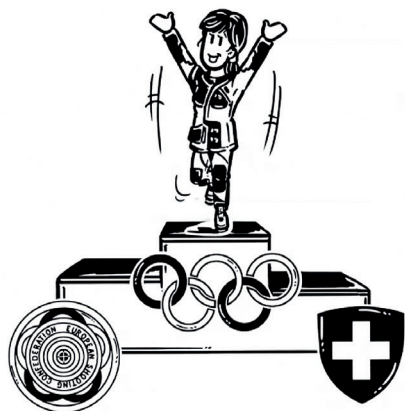


COUP APRÈS COUP VERS LA VICTOIRE OLYMPIQUE



Le mieux pour celui ou celle qui souhaite débiter au Tir sportif est d'adhérer à l'une des plus de 2600 sociétés de tir en Suisse. A partir de là, le parcours continue vers les cadres cantonaux de la promotion de la Relève.

Celles et ceux, qui veulent faire de leur passe-temps un sport, se dirigent vers un Centre régional de performance, deviennent dans un deuxième temps membre du cadre de la Relève de la Fédération sportive suisse de tir et intègrent le cadre de l'élite à 21 ans. Il y a en outre un Centre national de performance à Macolin.

Les meilleurs tireurs participent à des concours internationaux, s'affrontent pour remporter de l'or aux Championnats d'Europe et du monde, ou participent même aux Jeux Olympiques.

Sport
d'élite

Centre régional
de performance

Cadres cantonaux
de la promotion de la Relève

Formation de la Relève dans les sociétés de tir

PRÉCISION, FORCE MENTALE ET BONNE CONDITION PHYSIQUE

Le tir est un sport de performance. Afin d'être parmi les meilleurs, il faut beaucoup d'entraînement et de volonté. Trois facteurs sont particulièrement importants:



PRÉCISION

Un œil précis, une main calme et une bonne position – les conditions de base au Tir sportif.



FORCE MENTALE

Seuls ceux qui sont prêts dans leur tête mettent dans le mille: la faculté à se concentrer constitue la moitié du chemin à parcourir.



BONNE CONDITION PHYSIQUE

Le meilleur tireur est celui qui bouge le moins. Seul celui qui a une bonne condition physique peut y arriver.

Le tir procure du plaisir, tirer est une école de la vie, le tir est fait pour tous.

*Egalement fasciné(e)?
La société de tir dans
ta région t'initiera volontiers
aux secrets du Tir sportif.*



Plus d'informations et contacts sur
www.swissshooting.ch

L'impression de ce flyer a été réalisée avec
le généreux soutien de l'imprimerie Kromer
Shooting www.kromer.ch

KROMER
Shooting

LA FASCINATION DU TIR SPORTIF

*Salut, je m'appelle Hugo
et je souhaite vous raconter
ce qui rend le Tir sportif
si particulier.*



Fédération sportive suisse de tir
Lidostrasse 6
6006 Luzern

www.swissshooting.ch
info@swissshooting.ch

À PARTIR DE 8 ANS

CARABINE ET PISTOLET À AIR COMPRIMÉ



J'ai tiré à la carabine et au pistolet à air comprimé lors d'un tir des écoliers.

Le tir à la carabine ou au pistolet à air comprimé constitue la meilleure manière de débiter au Tir sportif. Le tir s'effectue en salle sur une distance de 10 mètres.

On dispute également le Target Sprint à la carabine à air comprimé: dans cette discipline, la course et le Tir sportif sont combinés de manière similaire au biathlon.

À PARTIR DE 10 ANS

CARABINE PETIT CALIBRE

À PARTIR DE 14 ANS

PISTOLET PETIT CALIBRE



Plus tard, j'ai découvert la carabine au petit calibre lors d'un cours de «Jeunesse et Sport».

Le tir à la carabine au petit calibre à 50 mètres constitue la prochaine étape du programme de formation. Avec la carabine au petit calibre, on ne tire pas qu'en position debout mais aussi allongée et à genou.

Le tir au pistolet à percussion annulaire (25/50m) ou au pistolet libre (50m) est recommandé à partir de 14 ans.

À PARTIR DE 15 ANS

FUSIL D'ASSAUT

À PARTIR DE 17 ANS

PISTOLET D'ORDONNANCE



Cela fait longtemps que je me réjouis d'aller au cours pour jeunes tireurs. A 15 ans, j'ai pu tirer pour la première fois au fusil d'assaut.

Quiconque est âgé de 15 ans peut s'inscrire à un cours pour jeunes tireurs. La manipulation du fusil d'assaut constitue l'objet de ces cours. Les tirs s'effectuent à 300 mètres. On peut également utiliser le fusil standard.

Le tir au pistolet à percussion centrale (25m) ou au pistolet d'ordonnance (25/50m) est recommandé à partir de 17 ans.

UNE FORMATION À QUATRE ÉTAPES



Niveau 1

Position assise sur coussin

Niveau 2

Debout en appui sur un support fixe

Niveau 3

Debout en appui sur un support mobile

Niveau 4

Debout libre

LE PROGRAMME OPTIMAL DE FORMATION

Âge en années	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Carabine à air comprimé 10m	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Carabine au petit calibre 50m							■	■	■	■
Fusil d'assaut 300m								■	■	■
Fusil standard 300m									■	■
Pistolet à air comprimé 10m	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Pistolet à air comprimé à cinq coups 10m								■	■	■
Pistolet libre 50m								■	■	■
Pistolet à percussion annulaire 25/50m									■	■
Pistolet à percussion centrale 25m										■
Pistolet d'ordonnance 25/50m										■

■ recommandé ■ possible, selon le niveau de formation et le développement biologique

LA SÉCURITÉ EN PREMIER



Un principe s'applique à tous les programmes de formation, à tous les équipements de sport et dans toutes les disciplines: la sécurité est primordiale. Ceux qui ne respectent pas les règles n'ont pas leur place au stand de tir. Les tireurs et tireuses sont des athlètes, ils ne parlent donc pas d'armes mais d'équipements de sport.

Les entraîneurs formés, les maîtres de tir et les juges veillent à ce que tous les règlements et toutes les règles de sécurité soient respectés au stand de tir. Les tireurs inexpérimentés ne sont jamais seuls au stand de tir et sont toujours encadrés de manière individuelle.

