

Entraînements de tir à l'arc / Bogen – Trainings

Type / Type :

1. Réglage matériel / Einstellung des Material
2. Entr. Technique / Techn. Schießtraining
3. Mental
4. Tir de précision (Points) / Leistungstraining (Punkte)
5. Compétition / Wettkampf
6. Musculation, endurance / Muskeltraining, Ausdauer

Date / Datum	Type /Typ	Lieu / Ort	Dist.	Pts, Temps / Pkt, Zeit	Remarques / Bemerkungen

