

Test 120

ARC Pro Services olivier.carreau@wanadoo.fr / Tel : 06 79 78 00 17

Nom :

Prénom :

Date :

Travail recherché : *Test 120 (Volume - Automatisation)*

Objectif : *Maintenir son taux de réussite*

Distance :

Zone de marque à 2 points :

Zone de marque à 1 point :

Score objectif : *135 (Minimum 45 x 2 et 45 x 1)*

Nb de flèches tirées : *15 volées de 8 flèches*


Moyens de réussir : *Respecter son Action de Compétition*

Type de blason :

% de réussite équivalent à cette zone : *40*

% de réussite équivalent à cette zone : *70-80*

Temps de tir par volée : *3 Minutes 30 secondes*

Volée	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
fl 1																	
fl 2																	
fl 3																	
fl 4																	
fl 5																	
fl 6																	
fl 7																Total :	
fl 8																	
Nb 2																	Nb total 2 :
Nb 1																	Nb total 1 :
BILAN :																	

Test 120

ARC Pro Services olivier.carreau@wanadoo.fr / Tel : 06 79 78 00 17

Nom :

Prénom :

Date :

Travail recherché : *Test 120 (Volume - Automatisation)*

Objectif : *Maintenir son taux de réussite*

Distance :

Zone de marque à 2 points :

Zone de marque à 1 point :

Score objectif : *135 (Minimum 45 x 2 et 45 x 1)*

Nb de flèches tirées : *15 volées de 8 flèches*


Moyens de réussir : *Respecter son Action de Compétition*

Type de blason :

% de réussite équivalent à cette zone : *40*

% de réussite équivalent à cette zone : *70-80*

Temps de tir par volée : *3 Minutes 30 secondes*

Volée	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
fl 1																	
fl 2																	
fl 3																	
fl 4																	
fl 5																	
fl 6																	
fl 7																Total :	
fl 8																	
Nb 2																	Nb total 2 :
Nb 1																	Nb total 1 :
BILAN :																	