



## Le 38 T.S.M. Et son école



*Toute l'équipe du 38 T.S.M. vous offre ses meilleurs vœux pour cette nouvelle année.*

*L'école de tir compte cette année une vingtaine d'élèves de 8 ans à 14 ans et une douzaine de cadettes et cadets (15-16 ans).*

*Bienvenue à deux Mérenvielloises, Ariane Pouillès et Célia Garrigues qui viennent de rejoindre l'école de tir.*

### **Rappel des heures réservées à l'école de tir des bisons.**

*Mercredi après-midi : de 14h30 à 16h30 et de 17h à 19h00*

*Vendredi : de 18h30 à 20h pour les mamans, cadets et confirmés (+ de 2 ans de tir).*

*Samedi matin : de 9h à 10h30 et de 10h30 à 12h.*

*Travail avec carabine, puis pistolet au 10m et initiation 25 et 50m suivant le temps.*

### **L'équipe des mamans**

*Depuis le temps qu'elles viennent voir et supporter leurs progénitures, elles y ont pris goût !*

*En septembre, une équipe de mamans s'est formée avec les encouragements de leur coach Alain et le soutien un peu plus mitigé de leurs enfants qui y voient là une concurrence montante.*

*C'est dans la joie et la bonne humeur mais avec le plus grand sérieux que Corine, Géraldine, Hélène et Sandrine s'entraînent tous les vendredis soirs.*



Venez les rejoindre le vendredi soir de 18h30 à 20h00. Excellent moment de détente après une semaine de travail... Vous pouvez essayer gratuitement pendant deux ou trois séances. Vous serez couverts par l'assurance du club et encadrés par une équipe dévouée et compétente.

## Léa, une jeune championne qui vise juste

Léa nous raconte comment s'est passée une journée lors du championnat France par équipe à Limoge 2013:

*« mon ressenti, un petit peu de stress, je pensais au Championnat, allons nous être qualifiées dans les 16 premiers ? Le matin, à l'hôtel, debout pour le petit déjeuner, la boule au ventre, je n'ai pas faim, impossible de manger. Très stressé, je pense qu'il fallait que je me dise que c'était comme un entraînement au stand de tir de Mérenvielle, mais ça ne marchait pas beaucoup. Arrivée au palais des sport, le stress monte au fur et à mesure que j'avance vers la salle. Je croise les juges avec leurs gilets rouges.*

*Début de la compétition, un juge me donne mon numéro de poste et mes cartons de tir et j'ai 10 minutes pour me préparer. j'ai préparé mon matériel, gant, boîte de plombs sur la table. J'ai commencé par faire des cartons d'essais. Je tremble beaucoup à cause du stress. J'ai réglé ma position des pieds, j'ai commencé par faire un « 6 ». j'ai rechargé ma carabine et fais de profonde respiration (conseil de mon coach) puis petit à petit, je me suis rapproché du « 10 ». après notre Match de qualification, on était classé 10<sup>ème</sup> sur 150 clubs qualifiés pour ces France. Nous avons donc pu participer aux finales. Avec des duels très serrés, nous avons terminés sur la 3<sup>ème</sup> marche du podium. Cette journée restera gravée dans ma tête ». . . . .*

Merci Léa. Nous la retrouverons cette année sur les Circuits Nationaux et aux championnats

départemental, puis régional puis France. Sans oublier la maman (dans la nouvelle

équipe des mamans), Kévin son frère en équipe cadet et son père Eric.

