

# PROGRAMME DES CONFÉRENCES

## VENDREDI 23 AOÛT 2019

- 15h30 : « Travail mental : la capacité à se concentrer au moment T », par Jean-Charles Valladont
- 16h15 : « Le sportif et le mécanicien », par Pierre-Julien Deloche
- 17h45 : « Le tir à l'arc : tour d'horizon par deux champions », avec Jean-Charles Valladont et Pierre-Julien Deloche
- 18h45 : « Le sportif et les marques », par Pierre-Julien Deloche

## SAMEDI 24 AOÛT 2019

- 10h15 : « Organiser sa saison en fonction de ses aptitudes et objectifs », par Jean-Charles Valladont
- 11h15 : « Le sportif et le mécanicien », par Pierre-Julien Deloche
- 13h00 : « Le tir à l'arc : tour d'horizon par deux champions », avec Jean-Charles Valladont et Pierre-Julien Deloche
- 16h00 : « Le sportif et les marques », par Pierre-Julien Deloche
- 17h15 : « Travail mental : la capacité à se concentrer au moment T », par Jean-Charles Valladont
- 18h00 : « Le sportif et le mécanicien », par Pierre-Julien Deloche

## DIMANCHE 25 AOÛT 2019

- 10h30 : « Le sportif et le mécanicien », par Pierre-Julien Deloche
- 11h45 : « Organiser sa saison en fonction de ses aptitudes et objectifs », par Jean-Charles Valladont
- 12h30 : « Le sportif et les marques », par Pierre-Julien Deloche
- 13h45 : « Travail mental : la capacité à se concentrer au moment T », par Jean-Charles Valladont

### « LE SPORTIF ET LE MECANICIEN », par Pierre-Julien Deloche

(environ 1h)

Choisir, régler et entretenir son équipement est indispensable à l'autonomie et la performance d'un archer. Pierre-Julien Deloche partagera également son expérience de la logique matérielle au service de l'archer, du coaching et du haut niveau.

### « LE SPORTIF ET LES MARQUES », par Pierre-Julien Deloche

(environ 1h)

Arc Système fête ses 30 ans. 3 décennies d'évolution (pourquoi et comment ?), d'information au plus proche des archers mais aussi de danger de la copie. C'est également l'occasion d'aborder la question du sponsoring dans notre sport : quels en sont les codes, en France et à l'étranger ? Comment bénéficier d'une relation de confiance entre marques et sportifs ? Et pourquoi pas, vivre de sa passion grâce à ses partenaires ?

### « LE TIR A L'ARC : TOUR D'HORIZON PAR DEUX CHAMPIONS », avec Jean-Charles Valladont et Pierre-Julien Deloche (environ 1h)

Arc classique ou arc à poulies ? Du loisir au haut niveau : que chercher ? Devenir un champion et le rester. La relation avec les partenaires, fédération et autres nations. La blessure, santé, bien-être et lutte contre le dopage. La victoire ou la défaite : définir ses objectifs pour rebondir.

### « TRAVAIL MENTAL : LA CAPACITE A SE CONCENTRER AU MOMENT T », par Jean-Charles Valladont

(environ 30min)

Quelles sont les techniques à mettre en place ? Comment travailler à l'entraînement pour être performant en compétition ?

### « ORGANISER SA SAISON EN FONCTION DE SES APTITUDES ET OBJECTIFS », par Jean-Charles Valladont

(environ 30min)

Chaque archer à ses propres envies, contraintes, capacités et temps à consacrer à la pratique du tir à l'arc. Comment construire sa saison en tenant compte du contexte unique à chaque individu ?

**CONFÉRENCES GRATUITES ET OUVERTES À TOUS,  
AU SEIN DU VILLAGE DES PARTENAIRES**