

■ Planning de diffusion – Formation *Progresser en Précision au Pistolet 10m*

■ Dès ton inscription

- Modules 1 à 6 : accès immédiat (bases + fondamentaux)
- ■ Bonus : Module 7 – Maîtriser le lâcher (Partie 1)

■ Mois 1

- J+7 → Module 8 – La visée précise – Partie 1
- J+14 → Module 9 – Adapter la bonne position
- J+21 → Consolidation
- J+28 → Module 10 – La séquence de tir

■ Mois 2

- J+35 → Module 11 – La Coordination LVT
- J+49 → Module 12 – Adapter la bonne position – Approfondissement
- J+56 → Module 13 – La visée – Approfondissement
- J+63 → Module 14 – Réglage des organes de visée

■ Mois 3

- J+70 → Consolidation
- J+77 → Module 15 – Maîtriser le lâcher – Approfondissement
- J+84 → Module 16 – La Coordination LVT – Approfondissement
- J+91 → Module 17 – Analyse & gestion des erreurs de tir

■ Mois 4

- J+98 → Consolidation
- J+105 → Module 18 – Adapter la séquence de tir & mise en place des alertes
- J+112 → Module 19 – L'acceptation du bouger en compétition
- J+119 → Consolidation
- J+126 → Module 20 – Introduction à l'arbitrage et à la réglementation

■ Mois 5 – Compétition & Performance

- J+133 → Module 21 – Préparation mentale basique à la compétition
- J+140 → Module 22 – Stratégies de match & déroulement d'une compétition
- J+147 → Module 23 – Transfert vers le 25m

■ ■ Disclaimer : Ce planning est indicatif et peut être sujet à des variations en fonction de l'ajout de nouveaux modules ou d'évolutions pédagogiques.