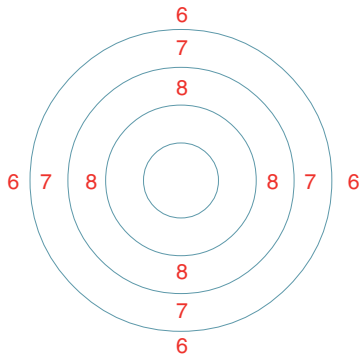


# Mes entraînements



**Date :** ...../...../.....

**Heure:** .....

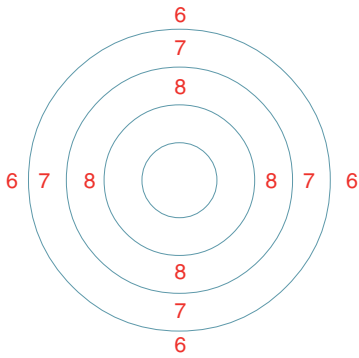
- entraînement
- au club

- match
- à l'extérieur

**Position**     avec moniteur

sans moniteur

- Mes objectifs : .....
- Modifications apportées à l'arme : .....
- Réglage de l'arme : .....
- Position : .....
- Mes sensations : .....
- Ma concentration : .....
- Mes commentaires : .....

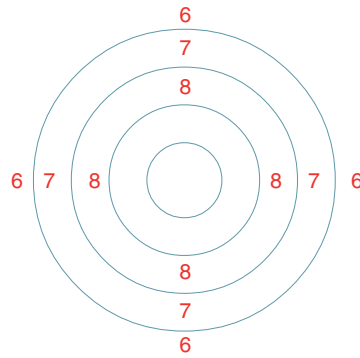


.....

.....

.....

.....

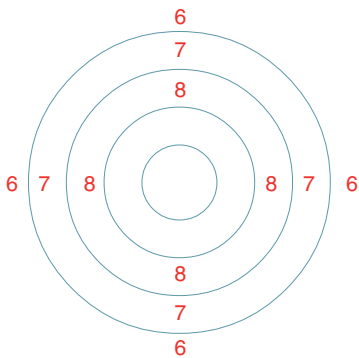


.....

.....

.....

.....

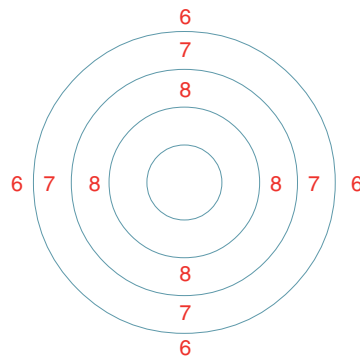


.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....