

# ELLE A TOUT!

CONCENTRATION,  
DÉTERMINATION,  
ET UN PROGRAMME  
D'ENTRAÎNEMENT  
CONÇU POUR  
LES HOMMES.



Développer les qualités athlétiques et les compétences nécessaires pour pratiquer le tir à l'arc demande de l'entraînement. Sans aucun programme qui tient compte des stratégies d'entraînement en fonction du développement des femmes, il est difficile de leur faire apprivoiser le milieu. Pas étonnant qu'elles abandonnent souvent le sport qu'elles aiment.

Changeons la donne à [yourrole.womenandsport.ca](http://yourrole.womenandsport.ca)