

## Les raisons qui font du tir un sport idéal à tout âge !

1. Le tir n'étant pas un sport de contact, les risques de blessure sont nuls à condition d'appliquer strictement les règles de sécurité.
2. Le tir peut se pratiquer à un âge avancé. Il est courant de voir plusieurs générations s'affronter dans les compétitions et être sur un pied d'égalité.
3. Le tir est un sport de concentration. Or, on en a constamment besoin, par exemple dans la conduite d'un véhicule.
4. Le tir oblige à s'adapter à des situations changeantes, ce qui entretient l'agilité mentale et les facultés d'observation.
5. Etre en bonne santé et avoir une bonne acuité visuelle sont des atouts indispensables. Le tireur est encouragé à garder une bonne hygiène de vie.
6. Même si ce n'est pas un sport de mouvement, le tir oblige à faire des efforts physiques qui entretiennent la musculature.
7. Le tir peut être pratiqué toute l'année, soit dans les stands ouverts durant la belle saison, soit dans les halles en hiver.
8. Le tir est un sport qui entretient et développe les contacts sociaux, car il se pratique au sein d'un club ou d'une société. Pour peu que l'on accepte de consacrer un peu de temps, on a le loisir de démontrer ses talents d'organisateur et d'administrateur.
9. Avec les possibilités de formation offertes, le tir convient aux personnes désireuses de progresser et de pratiquer différentes disciplines (pistolet, fusil, carabine, etc.).
10. Dans les concours, la compétition est motivante et permet de satisfaire des ambitions personnelles et de contribuer au bon renom d'une société. La participation aux concours exige une grande discipline et un respect très strict de nombreux règlements. Cela va de la tenue des horaires jusqu'à la conformité des équipements. Aucun manquement n'est toléré.

Ce document est inspiré d'un article paru dans le magazine Smash 3/2018 sous le titre « 10 raisons qui font du tennis un sport idéal à tout âge ».