

## Lattes L'Arc Lat Védas 3 M en réussite



■ Daniel, Théo et Baptiste champions.

Plutôt discret en début de saison en salle, l'Arc Lat Védas Montpellier Méditerranée Métropole a réalisé un championnat départemental de tir de rêve dimanche 29 janvier à Lunel.

Les cadets hommes prennent les 3 premières places du podium avec Daniel Conesa, Théo Da Silva et Baptiste Bolla.

Les minimes réalisent le doublé, Quentin Fraisse (1er) et Julian Lavaud (2e). Pour sa première participation à un championnat départemental, Pauline Moy crée la surprise et se classe deuxième. Malgré une blessure à la cheville qui le handicape et l'oblige à tirer assis, Théo Cavallé se place sur la troisième marche du podium.

En Vétéran dame, Chantal Lassus et Christelle Bézard-Falgas se hissent respectivement aux premières et deuxième places. Claudine Popelier et Marie Claire

Libes finissent 2e et 3e en catégorie Super Vétéran dame. Claude Conesa, en proie à des doutes techniques, laisse échapper la première place et finit sur la 2e marche de la catégorie super Vétéran homme.

### Un travail individuel

Au final, une belle entrée en matière qui rassure le club sur ses choix techniques dans la préparation de la saison extérieure en tir olympique.

Le début de la saison hivernale a été consacré au travail des axes de progression individuels avec le renforcement des capacités d'équilibre, de gainage et d'endurance par le biais d'exercices prophylactiques.

Prochain rendez-vous, les championnats de Ligue à Beaucaire pour les jeunes et Carcassonne pour les adultes suivis du championnat de France de tir en salle le 18 mars à Nîmes.