

SEMINARIO DE ARCO COMPUESTO

9 Y 10 DE DICIEMBRE 2023

COMPLEJO MUNICIPAL DE DEPORTES RUTH BEITIA
PABELLON INTERIOR

CLUB DE ARQUEROS CANTABROS SANTANDER

SEMINARIO TEÓRICO – PRÁCTICO SOBRE EL DISPARO PROGRESIVO CON UN VISOR *MOVIÉNDOSE POR EL CENTRO*
DISPARO POR SORPRESA

PONENTE:

Alberto Blázquez Arboniés

FECHAS Y HORARIOS

SABADO 9 DE DICIEMBRE

MAÑANA DE 09:30 A 14:00 HORAS, (parada para café.)

COMIDA DE 14:00 A 16:00 HORAS

TARDE DE 16:00 A 20:00 HORAS

DOMINGO 10 DE DICIEMBRE DE 10 A 14 HORAS, (parada para café)

PRECIO DEL SEMINARIO 75 EUROS

INSCRIPCIONES EN: inscripcionescantabros@gmail.com

Puntos a tratar:

- Fundamentos de la técnica de base para arco compuesto. Diferencias y similitudes con el arco recurvo. Repaso general todos los aspectos técnicos en arco compuesto.
- Proceso metodológico de enseñanza del arco compuesto. Enseñanza del disparo progresivo-sorpresivo y ejercicios específicos para entrenar las diferentes habilidades en el arco compuesto desde la base.
- Análisis de resultados del circuito internacional, eficacia del tiro por sorpresa.
- Secuencia de tiro actual aplicada a las escuelas de base.
- Problemas derivados de decidir el disparo con un soltador mecánico. Fiebre de amarillo en arco compuesto: causas y efectos. Proceso de reeducación mental para volver a disfrutar del tiro con arco compuesto.
- Principios básicos del material a utilizar a la hora de empezar a tirar con arco compuesto: apertura, potencia y peso. Correcta elección del material según las características del arquero. Diferencias y similitudes de las distintas marcas.
- Puesta a punto inicial de un arco compuesto.
- Los 5 pasos para una correcta regulación del arco y la flecha en arco compuesto.
- Practicas individuales y conjuntas.

Más información en el teléfono 687868256 (Luis Ramón).

Las inscripciones serán tenidas en cuenta por estricto orden de llegada al correo del club. Comunicando, nombre, apellidos, Nº Móvil y número de licencia federativa en vigor.

El pago de importe del seminario se hará una vez se le confirme la plaza.

PLAZAS LIMITADAS



**INSTITUTO MUNICIPAL
DE DEPORTES**
AYUNTAMIENTO DE SANTANDER

