



Federación Aragonesa de Tiro con Arco
Pº de Teruel, 36
50004 - Zaragoza
Tel. 976226032

www.arcoaragon.com
info@arcoaragon.com

CURSO DE ANIMADOR DEPORTIVO DE LA FEDERACIÓN ARAGONESA DE TIRO CON ARCO Reciclaje y aunar criterios de entrenamiento

PROGRAMA:

- Presentación.
- La importancia del trabajo de base.
- Calentamiento y estiramientos. El uso de juegos para un calentamiento más eficaz y divertido.
- Enseñanza de la técnica en la iniciación deportiva.
- Corrección y prevención de errores más comunes en la iniciación al tiro con arco.
- Periodización del trabajo técnico en la iniciación deportiva. Por donde comenzar a trabajar la técnica y que habilidades enseñar antes que otras.
- Ejercicios técnicos a utilizar en la iniciación deportiva, para la mejora de la técnica y hacer el entrenamiento más variado y divertido.
- El material a utilizar en la iniciación deportiva.
- Cuándo y cómo ir mejorando el material y complementos deportivos de los deportistas.
- La fiebre del amarillo. ¿Qué es?, ¿Cómo se produce? y ¿Cómo evitarla?
- Prácticas y resolución de dudas.
- Evaluación y clausura.

Nota: Los participantes deberán llevar un arco de iniciación y flechas.

Precio : 30,00 €uros (Incluye comida sábado)

Fecha y Hora: 20 de Febrero de 2016 de 10:00 a 13:30 y de 16:00 a 20:00 h.

21 de Febrero de 2016 de 10:00 a 14:00 h.

Lugar : Hotel Chane - C/Eras Altas, 10 - La Puebla de Alfinden (Zaragoza)

**Inscripciones a través de: info@arcoaragon.com - Limite: 17/02/2016
(Miércoles)**

Ibercaja: ES58 2085 1324 7003 3018 5278