



CURSO INICIACIÓN

C.D.E. Arqueros de Torote

El curso de iniciación es impartido por monitores con gran experiencia y titulados por la federación de tiro con arco y/o caza.

Para hacer el curso:

- Apuntarse mediante el formulario de inscripción y cumplir los requisitos de este.
- Acudir con ropa y calzado deportivo.
- No será necesario ser socio del Club, ni abonarse al mismo.
- La asistencia es obligatoria en su totalidad.

Contenido del curso de iniciación impartido en el C.D.E. Arqueros de Torote:

- Medidas básicas de seguridad.
- Materiales y tipos de arcos: Compuesto, Recurvo, instintivo, Long Bow, Desnudo, ...
- Elementos del Arco (Recurvo / Compuesto)
- Modalidades de tiro con arco: Olímpico, Bosque, Recorrido 3D, ...
- Calentamiento y estiramiento muscular, así cómo su potenciación y desarrollo.
- Postura en el tiro con arco, las 5 R (5 referencias), secuencia del tiro los 4 T (4 tiempos)
- Utilización y manejo del arco y sus accesorios.
- Práctica de tiro a diferentes distancias máximo 18 metros.
- Nociones sobre las distintas competiciones y sus normas.

Duración:

- Dado que el C.D.E. Arqueros de Torote apuesta por la formación de calidad, los cursos son realizados de forma intensiva y en grupos reducidos, lo que facilita el aprendizaje y el trato personalizado.
- Se realizará en un fin de semana de forma intensiva y en las fechas expuestas en actividades de la web del C.D.E. Arqueros de Torote.

Después del curso:

- Se entregará un diploma acreditativo de haber realizado dicha formación.
- El curso de iniciación habilita al arquero para poder obtener la licencia federativa de tiro con arco lo que a su vez habilita al arquero para: Adquirir, poseer, transportar y utilizar legalmente un arco. Y poder pertenecer a un Club.
- Si una vez terminado el curso decides hacerte socio del Club C.D.E. Arqueros de Torote, se pondrá a tu disposición un tutor, al cual podrás hacer las consultas que creas oportunas durante el mes siguiente a la obtención del diploma.

www.arquerosdetorote.es

info@arquerosdetorote.es