



TALLER DE ARQUERÍA

SEMINARIO DE ARCO TRADICIONAL Y TIRO INSTINTIVO



El seminario se celebrará en la Sede Taller de Arquería: Arqueros de Alovera, en Alovera (Guadalajara) 45 km de Madrid y 11 de Guadalajara, en la sala del aula de la mujer en la Avenida de la Virgen del Carmen frente a la Casa de Cultura y sala de tiro en frontón multiusos. Durante los días **6 y 7 de diciembre de 2008**

Contenido del Seminario:

Teoría:

- **El arco en la historia.**
 - **Conceptos básicos**
 - Un mundo en grains pulgadas y libras.
 - Geometría del arco
 - Energía almacenada y energía potencial
 - Desarrollo en la apertura del arco
 - **Los Elementos del arco**
 - **Técnica**
 - Nomenclatura de la anatomía del arquero
 - Los planos del arco y del arquero
 - Posición de pies.
 - Posición de cadera.
 - Posición de rodillas.
 - Posición del tronco
 - Posición de la cabeza
 - La mano de arco
 - Hombro y brazo de arco
 - Brazo de cuerda
 - **La apertura y la suelta. Nuestros principales problemas**
 - La apertura
 - Tracción sobre la espalda
 - La mano de cuerda
 - El agarre
 - La suelta
 - Tipos de anclaje
 - Tensado del arco
 - **Tirar con el arco recto o ligeramente canteado**
 - **La respiración y el ritmo de tiro**
 - **El denominado tiro instintivo y sus tipos**
 - El tiro instintivo puro
 - El tiro instintivo asistido o falso
 - **La visión y el cálculo de la distancia**
 - **Los ajustes del arco**
 - Errores en la suelta por pinzamiento o fistmele incorrectos
 - Montaje del arco
 - **La flecha y el spine**
 - La apertura real, la apertura del arquero y El peligro de una flecha corta
 - El emplumado y sus tipos
 - **Introducción a la aerodinámica de la flecha**
 - El beneficioso efecto giratorio de la flecha
 - La paradoja del arquero
 - Los nódulos de la flecha.
 - **El arquero frente a la ley de armas**
 - Ley de armas.
 - Derechos y deberes del arquero
 -
- ### Práctica
- **Confección de una cuerda**
 - .Cuerda flemish o flamenca.
 - Cuerda Sinfín
 - **Ajustes del arco.**
 - **Prácticas de tiro**
 - **Corrección de errores.**

El seminario contará con el apoyo audiovisual de Taller de Arquería para este tipo de eventos.

El horario será el siguiente:

**Sábado 6, de 10,00 a 14,00 horas en aula con pausa.
de 16,00 a 19,00 horas en aula con pausa.**

**Domingo 7, de 10,00 a 14,00 horas en aula y sala de tiro con pausa.
de 16,00 a 19,00 horas en sala de tiro con pausa para.**

Profesorado:

**Juanjo Hernández
Fernando Gállego
Rafael Marín Jubera
Juan Antonio Díaz (Matho)**

El seminario está exclusivamente dirigido a socios de los clubes sedes e invitados de Taller de Arquería.

Coste de la inscripción al seminario:

**12 euros para afiliados a sede de Taller de Arquería.
20 euros para invitados.**

La organización tiene previsto la reserva para la realización de las comidas en establecimiento de restauración próximo al lugar de seminario para todos aquellos que así lo deseen.

En caso de precisar alojamiento se pondrá a disposición de los inscritos la información hotelera de la zona.

Personas de contacto para la realización de inscripciones

**Juanjo Hernández: 630 946 934
Fernando Gállego: 660 029 093**

Fecha tope de inscripción el día 3 de Diciembre