

SEMINARIO: “TÉCNICA, PROPIOCEPCION Y MENTE EN EL TIRO CON ARCO”

La Federación Territorial de Castilla-La Mancha de Tiro con Arco convoca:

SEMINARIO: “TÉCNICA, PROPIOCEPCION Y MENTE EN EL TIRO CON ARCO”

Dentro del Plan de Formación de la FCMTA.

CONTENIDO DEL SEMINARIO

- Principios de meditación deportiva (y principales técnicas) y entrenamiento propioceptivo; su relación con “tirar en zona” y estados mentales
- Relación Fondo- forma/cuerpo-mente. La técnica y la propiocepción. La propiocepción como puerta de la meditación.
- Visualizaciones de tiro y de postura.
- Experiencia práctica:
 - Aplicación de las visualizaciones de tiro a la postura.
 - Cadena larga de tiro.
 - meditación propioceptiva y equilibrio para contrastar antes y después de las pruebas
 - Uso de un clicker virtual y del eje horizontal como experiencia técnica.

PROFESORADO

- **Rafael Marín Jubera**, Entrenador de la FCMTA.

LUGAR DE CELEBRACIÓN, FECHA Y HORARIO

El Lugar de celebración:

Campo de Tiro Permanente del CD ÁGUILA IMPERIAL
C/ Río Cascajoso s/n
TOLEDO

SEMINARIO: “TÉCNICA, PROPIOCEPCION Y MENTE EN EL TIRO CON ARCO”

Fecha:

15 de octubre de 2022.

Contará con el siguiente horario:

- 10:00 | Recepción de participantes y presentación del profesorado
- 10:15 | Comienzo del Seminario
- 11:30 | Pausa para café
- 12:00 | Reanudación del Seminario
- 14:00 | Comida
- 16:00 | Reanudación del Seminario

FECHA DE TRAMITACIÓN Y ENTRADA EN VIGOR DE LAS LICENCIAS

En el Seminario pueden inscribirse un máximo de 20 personas.

La inscripción al Seminario es de 10 euros por participante

INFORMACIÓN ADICIONAL

Los participantes deberán llevarse el arco que utilizan y su propio material.

Para cualquier tipo de información adicional o ampliación de la expuesta en la presente Circular Informativa pueden dirigirse por correo electrónico a federacion@fcmta.com



Fernando Lisa Torrón
Secretario General de la FCMTA

