

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

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

II EDICIÓN 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:

Pabellón Deportivo Instituto Carmen Burgos de Seguí.
C/ La Dehesa s/n
ALOVERA - Guadalajara.

II EDICIÓN SEMINARIO: “TÉCNICA, PROPIOCEPCIÓN Y MENTE EN EL TIRO CON ARCO”

Fecha:

5 de noviembre 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

INSCRIPCIONES

En el Seminario pueden inscribirse un máximo de 20 personas.

La inscripción al Seminario se realizarán por la página web de la federación y el importe 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

