

**“Mejora tu rendimiento como entrenador y/o arquero, ampliando tus conocimientos sobre la planificación del entrenamiento en tiro con arco y la correlación entre el entrenamiento técnico, físico, psicológico y material”**

La RFETA, dentro de su plan de Formación Continua, y con la intención de ampliar la oferta formativa para nuestros técnicos y deportistas, convoca la segunda edición del Curso de Especialista en Entrenamiento y Planificación aplicado al tiro con arco (en todas sus modalidades), a celebrarse en Pamplona.

Dado que en este curso, y desde una visión general e integradora, se van a organizar los contenidos del entrenamiento integrados en un plan de entrenamiento (conceptos técnicos, físicos, psicológicos y de material deportivo), sin ser imprescindible, este curso está especialmente recomendado para aquellos técnicos que ya han realizado otros cursos de especialista RFETA, como son los de curso de especialista en arco recurvo o arco compuesto, el curso de especialista en preparación física y el curso de especialista en psicología aplicada.

No es necesario traer ningún tipo de material deportivo, puesto que los contenidos se impartirán en su mayor parte de forma teórica, aunque se irán intercalando con dinámicas y ejercicios prácticos que se podrán aplicar en la planificación diaria del entrenamiento y la puesta a punto de la competición.

El nivel del curso se encuadra dentro del nivel de tecnificación deportiva.

## **1. LUGAR Y FECHAS DE CELEBRACIÓN**

Este curso se celebrará durante los días **19 y 20 de enero** de 2018 en Colegio Salesianos, sito en la calle Aralar de Pamplona. Se permitirá aparcar en el aparcamiento del propio colegio.

Localización: <https://goo.gl/maps/aHSzmncJh22>

## **2. CALENDARIO**

- **Sábado 19 de enero:** 9:30 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 (8,5h.)
- **Domingo 20 de enero:** 9:00 a 13:30 (4,5h.)

Total: 13 horas de duración.

### **3. INSCRIPCIONES**

Podrán inscribirse todas aquellas personas que tengan licencia de técnico (monitor, entrenador o entrenador superior) y/o arquero RFETA en vigor, así como otras personas relacionadas con el tiro con arco (preparadores físicos, psicólogos, fisioterapeutas, etc.).

- Las inscripciones se realizarán en el siguiente enlace:

<https://www.federarco.es/competiciones/eventos/inscripciones-online>

- **Plazo de inscripción:** el plazo finalizará **el domingo 13 de enero a las 23:59 horas** (hora peninsular) y serán aceptas las plazas por riguroso orden de inscripción.
- El importe de la inscripción es de **70,00 €** por asistente.
- El número máximo de alumnos será de **treinta (30)**.

En el caso de que el número de alumnos inscritos sea inferior a 20, la RFETA se reserva el derecho realizar o no este curso, devolviendo los importes de la inscripción en ese caso.

### **4. PROFESORADO DEL CURSO**

- **Carlos Morillo Prats** (Entrenador Superior RFETA, Director Técnico del Centro de Tecnificación Especializado de tiro con arco en Baleares, Licenciado en Psicología, Máster en Psicología Deportiva y Máster en Coaching y Liderazgo deportivo).

### **5. CONTENIDOS DEL CURSO**

- Fundamentos, principios y variables del entrenamiento deportivo aplicado al tiro con arco.
- Distintos modelos de planificación del entrenamiento en tiro con arco.
- Planificación y programación del entrenamiento en tiro con arco desde una perspectiva global. Relación entre los aspectos que determinan el rendimiento en tiro con arco: entrenamiento técnico, físico, psicológico y la preparación del material deportivo.
- Organización y planificación del entrenamiento técnico, físico, psicológico y preparación del material durante una temporada deportiva.
- Ejemplos prácticos sobre la planificación del entrenamiento de un arquero de tecnificación durante una temporada deportiva.
- Coordinación entre el entrenamiento técnico y el entrenamiento físico en tiro con arco en las sesiones de entrenamiento,
- Estrategias del entrenamiento ante condiciones climatológicas adversas.
- Otros condicionantes.

## 6. INFORMACIÓN ADICIONAL

En caso de requerir información adicional sobre el curso, no dudéis en contactar con la dirección deportiva de la RFETA a través del correo electrónico: [formacion@federarco.es](mailto:formacion@federarco.es)

Madrid, 15 de diciembre de 2018  
Rafael Menéndez Ortiz  
Secretario General