

“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 este Curso de Especialista en Entrenamiento y Planificación aplicado al tiro con arco (todas las modalidades).

Dado que en este curso, y desde una visión general e integradora, se van a organizar los contenidos del entrenamiento en un mismo plan de entreno (técnicos, físicos, psicológicos y de material deportivo), este curso está especialmente recomendado para aquellos técnicos que ya han realizado otros cursos de especialista RFETA, como son: el 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 el día a día para planificación 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 **06 y 07 de mayo** de 2017, en el Centro de Alto Rendimiento Deportivo de Madrid – Pabellón de Gimnasia artística, junto al consejo Superior de deportes.

Entrada por la calle Pintor el Greco o calle Obispo Trejo, entrada al INEF.

Localización:

<https://goo.gl/4KA5JA>

2. CALENDARIO

- **Sábado, día 06 de mayo:** de 9:30 a 14 horas y de 16:00 a 20:30 horas. (9 horas)
- **Domingo, día 07 de mayo:** de 9 a 14 horas. (5 horas)

Total: 14 horas de duración.

3. INSCRIPCIONES

Podrán inscribirse tanto técnicos como deportistas, con los plazos indicados a continuación y a través del siguiente enlace:

<https://www.avaibooksports.com/inscripcion/curso-de-especialista-en-entrenamiento-y-planificacion-apnicado-al-tiro-cn-arco/4915>

- **1º Plazo de inscripción:** podrán inscribirse todas aquellas personas que tengan licencia de técnico RFETA en vigor, (Monitor, Entrenador o Entrenador Superior). Este primer plazo finalizará **el lunes 10 de abril a las 14 horas** (hora peninsular) y las plazas serán aceptadas por riguroso orden de inscripción.
- **2º Plazo de inscripción:** una vez finalizado el primer plazo de inscripción, y solo en caso de quedar plazas disponibles, se abrirá un segundo plazo de inscripción en el cual podrán inscribirse tanto deportistas, técnicos, como otras personas relacionadas con el tiro con arco. Este segundo plazo finalizará **el jueves 27 de abril a las 14 horas** (hora peninsular) y serán aceptas las plazas por riguroso orden de inscripción.

El importe de la inscripción es de **ochenta euros (80 €)** por asistente.

El número máximo de alumnos será de **treinta y cinco (35)**.

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

4. PROFESORADO DEL CURSO

- **Ignacio López Moranchel** (Doctor en Medicina, Licenciado en Educación Física, Diplomado en Fisioterapia, Máster en Alto Rendimiento y Preparador físico y fisioterapeuta del Equipo Nacional de Tiro con Arco del año 2004 al año 2016).
- **Carlos Morillo Prats** (Licenciado en Psicología, Máster en Psicología Deportiva, Máster en Coaching y Liderazgo deportivo, Entrenador Superior RFETA y Director Técnico del Centro de Tecnificación Especializado de tiro con arco en Baleares).
- Con la colaboración de:
 - **Elías Cuesta Cobo** (Deportista Olímpico en Londres 2012 y actual Entrenador del Centro de Tecnificación de tiro con arco de Madrid)
 - **Daniel Morillo Prats** (Deportista Olímpico en Pekín 2008 y actual Director Técnico del Programa de Tecnificación de tiro con arco de Castilla y León)

5. CONTENIDOS DEL CURSO

| | | | | | | | |
|------|-----------------|-------|-------------------|----------|--------------|--------|--------|
| Ref. | RF202117 | Fecha | 28-03-2017 | Nº Circ. | 21/17 | Página | 2 de 3 |
|------|-----------------|-------|-------------------|----------|--------------|--------|--------|

- 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.
- En las sesiones de entrenamiento, coordinación entre el entrenamiento técnico y el entrenamiento físico en tiro con arco.
- Estrategias del entrenamiento a condiciones climatológicas adversas.
- Otros condicionantes.

6. INFORMACIÓN ADICIONAL

Para información adicional sobre el curso, contactar con la dirección deportiva de la RFETA en el correo: directordeportivo@federarco.es

Madrid, 28 de marzo de 2017

Madrid, 27 de Marzo 2017
Rafael Menéndez Ortiz
Secretario General