

Curso iniciación caza con arco

El curso de iniciación al tiro con arco tendrá una duración de dos jornadas de cinco horas por jornada

INDICE

CONCEPTOS BÁSICOS. -

- Tiro instintivo.
- Ojo Dominante.
- Medidas en Arquería.
- Partes del arco.
- Partes de la cuerda.
- Partes de la flecha.

PREPARACIÓN TÉCNICA. -

- Posición del arquero.
- Posición de los pies.
- Posición de las caderas.
- Posición del tronco.
- Cabeza.
- Brazo de arco.
- Hombro de arco.
- Mano de arco.
- Brazo de cuerda.
- Hombro de cuerda.
- Tensado.
- Mano de cuerda.
- Tiro apache.
- Tiro normal.
- Anclaje.
- Suelta.
- Visualización.

- Controlar la respiración y espirar.
- Posición correcta tras la suelta.
- Secuencia de Tiro.

-PRACTICAS EN CAMPO DE TIRO.

-EL ARCO COMPUESTO.

- -Manejo y primeras practicas con arco compuesto.
- -Partes y componentes del arco compuesto.

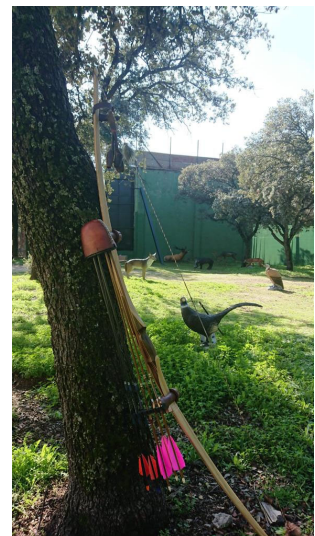
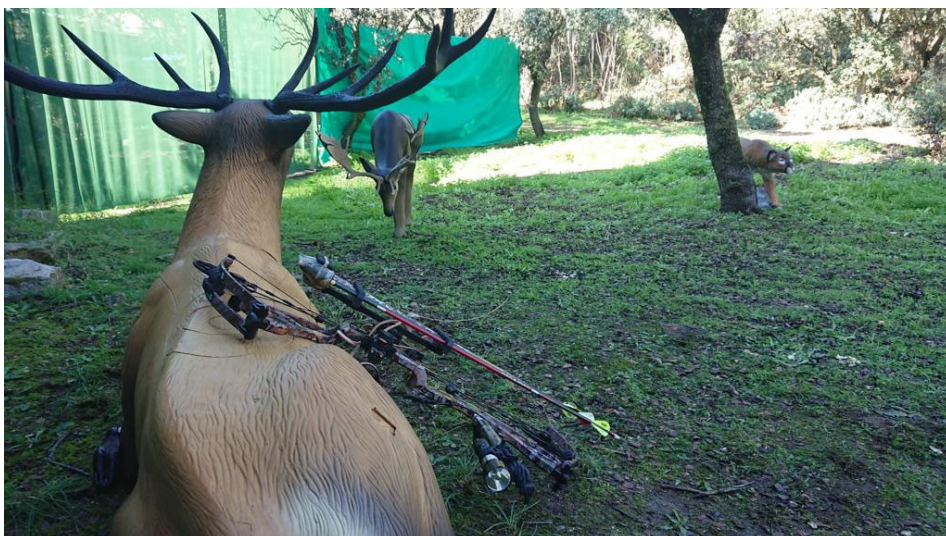
SEGURIDAD

CONSEJOS SOBRE EL EQUIPO. -

- Elección del arco.
- Tipos de arcos.
- Mantenimiento del arco.
- Elección de las flechas.
- Mantenimiento de las flechas.
- Métodos de ajuste de la flecha.
- Tabla de selección de tubo de madera.
- Tabla de selección de tubo carbono.
- Elección de la cuerda.
- Montaje de la cuerda.

EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO

UN ÚLTIMO CONSEJO



Próximas jornadas

JORNADA TÉCNICA Y PRACTICA

El fin de esta jornada es el poder solucionar tú mismo cualquier imprevisto que te pueda surgir y ajustar, preparar y comprobar tu propio material.

TÉCNICAS DE PRECISIÓN ADAPTADAS A LA CAZA CON ARCO

- El tiro por relajación.
- El tiro por sorpresa.
- Factores que influyen en el disparo, mecánicos y psicológicos.
- Importancia de la posición corporal.
- Técnicas corporales que mejoran nuestro tiro.
- El fin de esta jornada es mejorar la secuencia de tiro y mejorar las agrupaciones a larga distancia.

-AJUSTES ARCO COMPUESTO

- Puesta a punto del arco compuesto.
- Ajustes arco compuesto.
- Visor.
- Reposo.
- Poleas.
- Estabilización.
- Cuerdas y loop.
- Flechas.
- Puntas de caza.

