

Gruppo di Ricerca
sul Colpire a Distanza
dal 2009 al Centro
Arcieristico
Altana del Motto Rosso
e molto altro ancora...



TIRO NATURALE CON L'ARCO Corso Base

A chi è dedicato

A coloro che sono affascinati dal tiro con l'arco e desiderano apprenderne le tecniche di base.

Obiettivi per l'allievo/a

Identifichi e comprenda, tramite le sue capacità percettive, il miglior utilizzo dell'arco in sicurezza per se e per gli altri, in modo simpatico e coinvolgente.

Percepisca il miglior equilibrio di tutte le parti del corpo nell'assumere le diverse posizioni nella pratica del tiro dinamico, dove sia il bersaglio che l'arciere, possono essere in movimento. Costanza nella ripetitività del gesto, allineamento degli arti interessati alla trazione con l'utilizzo dei dorsali, per una efficace e economica gestione delle forze in gioco ad ogni tiro.

Percepisca e identifichi il modo di rapportarsi al bersaglio, applichi abilità già presenti per mirare e tirare in modo naturale senza l'ausilio di alcun tipo di collimazione, applichi correttamente i parametri appresi per mirare e tirare con l'utilizzo del mirino.

Dopo aver provato diversi tipi di arco e confrontato tutte le sensazioni possibili, possa effettuare una scelta di arco (longbow, ricurvo e storico) e di tecniche mira (naturale e collimato), più in sintonia con il suo modo di esprimersi e di divertirsi, pronto/a per entrare nel mondo degli arcieri, rispettandone le norme di comportamento e di sicurezza.

Con l'accompagnamento di istruttori e materiale messo a disposizione per gli allievi, viene impiegato il sistema didattico della *Costruzione Personale*, che rispetta e segue i tempi e le capacità personali di apprendimento di ogni allievo, applicando esercizi e strumenti a volte anche divertenti, che facciano leva sulle personali capacità percettive.

Metodologia d'insegnamento

Con una metodologia che chiamiamo "la via naturale per l'apprendimento del tiro con l'arco" che inviti l'allievo a dimensionare il suo personale percorso, presentandogli difficoltà man mano crescenti, a cui corrispondono azioni stimolatrici (esercizi) ben definite e progressive.

Durata

Il corso è organizzato nei giorni di **Sabato e Domenica** (circa 14 ore complessive)

Ritrovo ore 9.00 - Inizio corso ore 9.30 fino ore 17.30 - 18.00

con pausa per il pranzo dalle 12.30 alle 14.00 (confermare all'arrivo)

E' previsto una verifica successiva con gli allievi, che hanno praticato e hanno fatto esperienza di tiro con l'arco, a qualche mese di distanza sui percorsi.

E' possibile partecipare anche in altri giorni non consecutivi da concordare con il Centro

è comprensivo di assicurazione e Tesseramento Federazione Fiarc

iscrizione al Centro Arcieristico primo anno scontata è opzionale (vedi modulo dati)

Partecipanti

Minimo 2 massimo 10, con la presenza da uno a tre istruttori e/o collaboratori in funzione del numero dei partecipanti.

Eventuali minorenni dovranno essere accompagnati.

Informazioni

Il corso si svolge all'aperto con qualsiasi tempo presso il Centro Arcieristico L'Altana del Motto Rosso

Consigliato e necessario abbigliamento comodo, ginocchia protette, **scarpe "da bosco" o da trekking**, fermagli per capelli, cappellino, golf o maglioncini abbastanza aderenti a braccia e polsi.

Per la partecipazione al corso è necessario consegnare una foto tessera e certificato medico ad uso non agonistico.

Sul sito www.altanadelmottorossoasd.it sono periodicamente indicate le date dei corsi.

Per informazioni: Marco 3356124797

E' possibile alloggiare e pranzare all'agriturismo previa prenotazione -0322838257