



CIRCULAR 5215

16/10/2015

**FEDERACIÓN DE TIRO CON ARCO
DE LA COMUNIDAD VALENCIANA**

4ª Jornada de Tecnificación
para jóvenes Arqueros de la FTACV

4ª JORNADA DE TECNIFICACIÓN PARA JÓVENES ARQUEROS

Un año más continuamos con el Proyecto de Tecnificación Deportiva de la Federación Valenciana (PTD,CV), para la temporada 2014 / 2015, esta cuarta jornada se realizará en Almussafes, Valencia, el próximo **sábado día 24 de octubre desde las 9:30h** en el Instituto de Enseñanza Secundaria ALMUSSAFES, Av. de la Foia, 46440 Almussafes, Valencia. ([39.305464, -0.413157](tel:39.305464.0413157))

CONVOCATORIA

Se convoca a todos los arqueros con licencia en vigor de categorías cadetes y menores de 14 años, cualquiera que sea su división de tiro (compuesto, recurvo, instintivo, long bow, desnudo) y su nivel de formación.

También se convoca a todos los monitores y técnicos con licencia en vigor, adscritos a la FTACV.

Los arqueros y monitores deberán asistir con su material y equipación deportiva del Club.

El plazo máximo para confirmar la asistencia de arqueros/as, terminara el día **22 de noviembre a las 15:00h.** para ello deberá remitir la hoja de inscripción al correo electrónico de la FTACV (ftacvalenciana@gmail.com).

PROGRAMA

- De 09:30 a 10:00 Recepción de arqueros/as y montar arcos.
- De 10:00 a 10:30 Charla sobre entrenamiento físico.
- De 10:30 a 11:00 Descanso.
- De 11:00 a 11:30 Calentamiento.
- De 11:30 a 12:30 Técnica de base.
- De 12:30 a 14:00 Trabajo individual de la técnica y toma de imágenes.



CIRCULAR 5215

16/10/2015

**FEDERACIÓN DE TIRO CON ARCO
DE LA COMUNIDAD VALENCIANA**

4ª Jornada de Tecnificación
para jóvenes Arqueros de la FTACV

- De 14:00 a 16:00 Comida.
- De 16:00 a 16:30 Calentamiento.
- De 16:30 a 17:30 Circuito acondicionamiento físico.
- De 17:30 a 18:00 Descanso.
- De 18:00 a 19:00 Tiro con juegos y físico.
- De 19:00 a 19:30 Estiramientos.
- De 19:30 a 20:00 Visionado de las imágenes de técnica.

La manutención de arqueros será por cuenta de la Organización y/o Federación, sin embargo para monitores y acompañantes, será por cuenta de los interesados.

PLANO DE SITUACIÓN



