



Federació Catalana Tir amb Arc

Rambla Guipúscoa, 23-25, 2-E -08018 Barcelona -Tel. 93 308 02 65 - info@fcta.cat

CIRCULAR FCTA 2514 25-02-2025 **FORMACIÓ CONTINUA PER A TÈCNICS**

CURS D'ESPECIALISTA EN ENTRENAMENT I PLANIFICACIÓ ADAPTADA AL TIR AMB ARC **3 I 4 MAIG 2025** **BARCELONA**

La Federació Catalana de Tir amb Arc fa un pas endavant en la formació dels nostres tècnics amb el llançament del **Curs d'Especialista en Entrenament i Planificació Aplicada al Tir amb Arc**.

Millora el teu rendiment com a tècnic, ampliant els teus coneixements sobre la planificació de l'entrenament en tir amb arc i la correlació entre l'entrenament tècnic, físic, psicològic i material.

Adreçat a tècnics, monitors i entrenadors que desenvolupen la seva activitat a Catalunya, aquest curs no només ofereix eines clau per a l'optimització del rendiment esportiu, sinó que també marca l'inici d'un nou pla de tecnificació i perfeccionament impulsat per la FCTA.

El nostre compromís és clar: formació de qualitat per enfortir la base i el futur del tir amb arc català.

La realització d'aquest curs és vàlida com a part del pla formatiu per a l'obtenció de la titulació d'Entrenador RFETA, sempre que es compleixin els requisits previs establerts. Tota la informació al respecte està disponible a la **Normativa RFETA 1704 (Formació de Tècnics RFETA)**.

Atès que en aquest curs, i des d'una visió general i integradora, s'organitzaran els continguts de l'entrenament des del punt de vista tècnic, físic, psicològic i del material esportiu, es tracta d'una formació oberta a tècnics nacionals i catalans de tir amb arc, que disposin de la llicència de tècnic en vigor.

No és necessari portar cap tipus de material esportiu, ja que els continguts s'impartiran, en gran part, de manera teòrica, si bé s'intercalaran dinàmiques i exercicis pràctics aplicables en el dia a dia, tant en la planificació de l'entrenament com en la preparació prèvia a la competició.

El nivell del curs s'emmarca dins del nivell de tecnificació esportiva.



Federació Catalana Tir amb Arc

Rambla Guipúscoa, 23-25, 2-E -08018 Barcelona -Tel. 93 308 02 65 - info@fcta.cat

2. CALENDARI

- ✓ **Dissabte 3 de maig:** de 9:30 a 14:00 i de 16:00 a 20:30 (9 hores).
- ✓ **Diumenge 4 de maig:** de 9:00 a 14:00 (5 hores).

3. INSCRIPCIONS

Podran inscriure's totes aquelles persones que tinguin la llicència de tècnic en vigor.

• **Les inscripcions es realitzaran al següent enllaç:**

<https://evento.addon-sport.com/evento/curs-especialista-entrenament-tir-amb-arc/>

Termini d'inscripció: el termini d'inscripció s'obrirà el **dimarts 25 de febrer** i es tancarà el **dilluns 24 de març (23:59h)**. Les places s'assignaran per rigorós ordre d'inscripció. Màxim: 25 alumnes.

L'import de la inscripció és de 70,00 € per assistent.

Total formació: 14 hores.

El nombre màxim d'alumnes que podran inscriure's serà 25 alumnes. En cas que no es completin les places amb tècnics de Catalunya, la RFETA obrirà un període d'inscripció a nivell nacional.

4. PROFESSORAT DEL CURS

- **Carlos Morillo Prats:**
 - ✓ Entrenador Nivell II i Entrenador Superior RFETA.
 - ✓ Director tècnic del Centre de Tecnificació de Tir amb Arc a les Balears.
 - ✓ Llicenciat en Psicologia.
 - ✓ Màster en Psicologia Esportiva i Màster en Coaching i Lideratge Esportiu.

5. CONTINGUTS DEL CURS

- ✓ Fonaments, principis i variables de l'entrenament esportiu aplicat al tir amb arc.
- ✓ Diferents models de planificació de l'entrenament en tir amb arc.
- ✓ Planificació i programació de l'entrenament en tir amb arc des d'una perspectiva global.
- ✓ Relació entre els aspectes que determinen el rendiment en tir amb arc: entrenament tècnic, físic, psicològic i la preparació del material esportiu.
- ✓ Organització i planificació de l'entrenament durant una temporada esportiva.
- ✓ Exemples pràctics sobre la planificació de l'entrenament d'un esportista de tecnificació durant una temporada esportiva.
- ✓ Coordinació entre l'entrenament tècnic i l'entrenament físic en tir amb arc.
- ✓ Estratègies d'entrenament en condicions climatològiques adverses.
- ✓ Altres condicionants.



Federació Catalana Tir amb Arc

Rambla Guipúscoa, 23-25, 2-E -08018 Barcelona -Tel. 93 308 02 65 - info@fcta.cat

6. INFORMACIÓ ADDICIONAL

Per a qualsevol informació addicional sobre el curs, podeu contactar amb nosaltres a través de la següent adreça de correu electrònic:

 formacio@fcta.cat

Barcelona, 25 de febrer 2025
Federació Catalana de Tir amb Arc