



# FEDERACION DE TIRO CON ARCO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



## Tecnificación Arco Compuesto y Recurvado

*Dirigido por:*

*Arco Compuesto: **Andrea Marcos García***

*Arco Recurvo: **Hyungmok Cho***

*Destinado a monitores y deportistas*

*9-10 de marzo → Arco compuesto*

*23-24 de marzo → Arco recurvo*

*Requisitos a cumplir por los deportistas:*

- *Cumplir con las condiciones del Plan de Tecnificación Deportiva de la FTAPA*

### Programa

#### Sábado 9 y 23 de marzo

-9:30 Trabajos de calentamiento y practicas

-11:30 descanso

-12:00 trabajo técnico personalizado

-13:30 comida

-16:30 trabajo técnico individualizado

-18:00 descanso

-18:30 trabajo técnico personalizado

#### Domingo 10 y 24 de marzo

-9:30 trabajo técnico personalizado

-11:00 descanso

-11:30 trabajo técnico personalizado

-13:30 finalización de la tecnificación

Lugar de celebración: Instalaciones de Campo de tiro con arco de Gabitos, Corvera, pantano de Trasona.

**Los deportistas deberán de ir acompañados de su monitor con licencia FTAPA en vigor.**

### Inscripciones

*Se admitirán las inscripciones de los deportistas incluidos en el Plan de Tecnificación Deportiva de la FTAPA hasta los días:*

*7 de marzo para arco compuesto*

*21 de marzo para arco recurvo*

Enviar correo electrónico a [tecnificacion@ftapa.es](mailto:tecnificacion@ftapa.es) indicando nombre, apellidos y número de licencia.