



“Aprende a sacar el máximo partido a los recursos técnicos y mentales para rendir mejor como arquero o entrenador en Arco Tradicional y Longbow, tanto en los entrenamientos como en las competiciones.”

El **Club de Tiro Arco Cuenca**, dentro de su plan de formación continua y con la intención de ampliar la oferta formativa para nuestros técnicos y deportistas, convoca este **“Curso de Perfeccionamiento en Arco Tradicional y Longbow”** dirigido por **Pedro A. Fernández Mateos** (*Especialista en Arquería Tradicional y Técnico Deportivo de Nivel 1*).

El programa del curso se realizará intercalando aspectos teóricos con dinámicas y ejercicios prácticos que se pueden aplicar en la práctica diaria del entrenamiento y la competición en el tiro con arco. Por ello recomendamos que los asistentes traigan su propio equipo de tiro.

(Aquellos técnicos que no estén en activo como arqueros, si lo desean, pueden traer un equipo de tiro de iniciación para hacer las prácticas, sino disponen de arco y necesitan que el Club Arco Cuenca les proporcione uno, deberán informar antes de la celebración)

El nivel del curso se encuadra dentro del perfeccionamiento y la tecnificación deportiva, es apto para arqueros que han superado el curso de iniciación y quieren aumentar su nivel, también para arqueros de nivel avanzado.

Con este curso podrás:

Controlar los factores relacionados con el material, la técnica y la preparación mental en el tiro con arco.

Programa:

- Analizar el propio equipo y descubrir los aspectos susceptibles de mejora para que el conjunto sea más eficiente.
- Conocer y aplicar correctamente diferentes aspectos técnicos, físicos y mentales del tiro instintivo.
- Se tratará principalmente las diferentes técnicas de tiro con arco. La parte material se irá viendo según vaya surgiendo a petición de los asistentes.

Contenido:

- Arcos: diferentes tipos con sus ventajas e inconvenientes, su ajuste para el tiro “tradicional”, tanto los recurvados “tradicionales” como los longbows y los “barebows” (desnudos).
- Flechas: diferentes materiales, como elegir la flecha mas adecuada para nosotros dependiendo de la actividad en la que se vaya a utilizar.
- Tipos de cuerdas, materiales, ajuste y mantenimiento.
- El fistmelle: consecuencias de un mal fistmelle, ventajas del correcto y como ajustarlo.
- Sistemas para dirigir la flecha al objetivo.
- Técnica de tiro: tanto la parte física como la mental, como hacerla mas eficiente y estable.
-



Desarrollo del curso:

- Principalmente práctica, por tratarse de grupos reducidos se podrá trabajar de forma individualizada en función de las necesidades de cada arquero. Los aspectos teóricos se tratarán en común apoyando las explicaciones con imágenes ilustrativas.

1. LUGAR Y FECHAS DE CELEBRACIÓN

Este curso se celebrará el día **6 y 7 de Septiembre** de 2025, en Cuenca;

- Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/kPvkdmgPQ7fzX4hz6>
- Club ArcoCuenca (fase práctica y teórica)

2. CALENDARIO

- **Sábado, día 6 de septiembre:** de 09:30 a 14 horas y de 16:00 a 20:30 horas. (Horario provisional, podría variar)
- **Domingo, día 7 de septiembre:** de 09:30 a 13:30 horas.

Total: **13,5 horas** de duración.

3. INSCRIPCIONES

Podrán inscribirse todas aquellas personas que tengan licencia de técnico (Monitor, Entrenador o Entrenador Superior) y/o arquero RFETA en vigor, así como otras personas relacionadas con el tiro con arco (psicólogos, fisioterapeutas, etc.). La edad mínima recomendada para la asistencia a este curso es de 15 años.

- Las inscripciones se realizarán a través transferencia bancaria al Club ArcoCuenca:
ENTIDAD: GLOBALCAJA
BENEFICIARIO: **CLUB ARCOCUENCA**
Nº DE CUENTA: **ES37 3190 1022 7743 8118 7329**
CONCEPTO: SEM. TRADICIONAL. NOMBRE DEL DEPORTISTA

Adjuntar el justificante de pago por mail a arcocuenca@gmail.com con el nombre completo, DNI y número de licencia en vigor, teléfono de contacto de las personas interesadas para crear un grupo de wasap y enviar la ubicación exacta del club.

Si son varios los inscritos hacer el pago global y después adjuntar el justificante por mail a arcocuenca@gmail.com y quienes son los participantes con su Nombre completo, DNI, número de licencia en vigor y teléfono de contacto de las personas interesadas para crear un grupo de wasap y enviar la ubicación exacta del club..



- **Plazo de inscripción:** el plazo finalizará **el domingo 24 de Agosto a las 23:59 horas** (hora peninsular) y serán aceptas las plazas por riguroso orden de inscripción.
- El importe de la inscripción es de **80,00 €** por asistente.
- El número máximo de alumnos será de **quince (15)**.

En el caso de que el número de alumnos inscritos sea inferior a 15, el **Club Arco Cuenca** se reserva el derecho realizar o no este curso, devolviendo los importes de la inscripción en ese caso.

DEVOLUCIONES: Se podrá realizar devoluciones del importe siempre que se comunique antes del 18 de agosto, pasada esa fecha y por motivos de organización y gastos anexos NO se realizarán devoluciones del importe.

4. PONENTE DEL CURSO

Pedro A. Fernández Mateos lleva en el mundo del tiro con arco desde el año 1989 y desde 1995 practicando y enseñando el tiro con arco y la arquería tradicional. Sus desarrollo deportivo como entrenador y deportista más destacado es:

- El Curso IBEP (International Bowhunting Education Program - Programa Internacional para la Educación del Cazador Arquero), año 1996 con profesores como Javier Sintes y Antonio Rebollo.
- Curso “Cazador Arquero Cualificado” en el año 1997.
- Obtuvo el título de Monitor de club RFETA en el año 2000 ⇔ Obtuvo el título de Entrenador Nacional RFETA 2003
- Asistió al seminario “Archery International Coaches Seminar” (Seminario Internacional de tiro con arco para Arqueros) con profesores como Pascal Colmaire (FITA), Juan Carlos Holgado (FITA), Kim Hyung-Tak y Chun In-Soo (Korea), Alexander Kirillov y Don Rabska (USA) entre otros en el año 2003
- Seminario Técnico de Arquería Tradicional y caza con arco por Fred Eichler en el año 2003.
- Curso de Arquería Tradicional impartido por Angelo Gil en 2004
- Por segunda vez asistió al curso de “Cazador Arquero Cualificado” en el año 2005, organizado por la Federación Extremeña de Caza.
- Asistente al curso “Shooting Clinic”, arquería tradicional y caza con arco en las instalaciones de la conocida marca americana “Black Widow Custom Bows” en 2009, con maestros como Fred Asbell, Ken Beck y Toby Essick.
- Asistente al curso de Arquería Tradicional de la RFETA impartido por José Luis Hervás en 2016.
- Asistente al curso de Psicología deportiva de la RFETA e impartido por Carlos Morillo en 2016 y en 2017.
- Obtuvo el título de Técnico Deportivo de Nivel 1 en 2018
- Técnico Especialista RFETA para impartir cursos de Arquería Tradicional. celebrado en Suecia en el 2018.
- Técnico del Equipo Nacional de 3D en el Campeonato de Europa



5. INFORMACIÓN ADICIONAL

Para información adicional sobre el curso, contactar con el Club ArcoCuenca en el correo: arcocuenca@gmail.com o en el teléfono 676898526 (Paolo Ocaña)

Una vez formalizado el curso

Cuenca, 17 de Julio de 2025
Paolo Ocaña
Presidente Club ArcoCuenca.

