



“Potencia tu rendimiento en arco olímpico y lleva tu nivel al máximo, dominando cada aspecto del entrenamiento y la competición.”

El **Club 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 Tecnificación en Arco Recurvo Olímpico”** dirigido por **Manuel Vicente Gómez** (*Entrenador del programa de tecnificación de la federación balear y uno de los mejores entrenadores del panorama nacional*).

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.

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.

Contenido:

- Análisis físico y técnico (puntos a mejorar)
- Análisis del material y ajustes personalizados
- Perfeccionamiento técnico general y postural
- Técnica KSL: cómo integrarla con tu técnica actual
- Control de la respiración
- Ajustes del arco recurvo (alineación, botones, empuñadura, cuerda, tiller, encoques)
- Elección de flecha y pruebas prácticas (fistmelle, flecha desnuda)
- Ejercicios específicos para mejorar fuerza y técnica
- Calibración del visor para campo



1. LUGAR Y FECHAS DE CELEBRACIÓN

Este curso se celebrará el día **13 y 14 de Septiembre** de 2025, en Cuenca;

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

2. CALENDARIO

- **Sábado, día 13 de septiembre:** de 09:30 a 14 horas y de 16:00 a 20:30 horas.
(Horario provisional, podría variar)
- **Domingo, día 14 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 14 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**
IMPORTE: **80,00 EUROS**
CONCEPTO: CURSO RECURVO. 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 **veinte (20)**.



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

Manuel Vicente Gómez Entrenador del programa de tecnificación de la federación balear y uno de los mejores entrenadores del panorama nacional.

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.



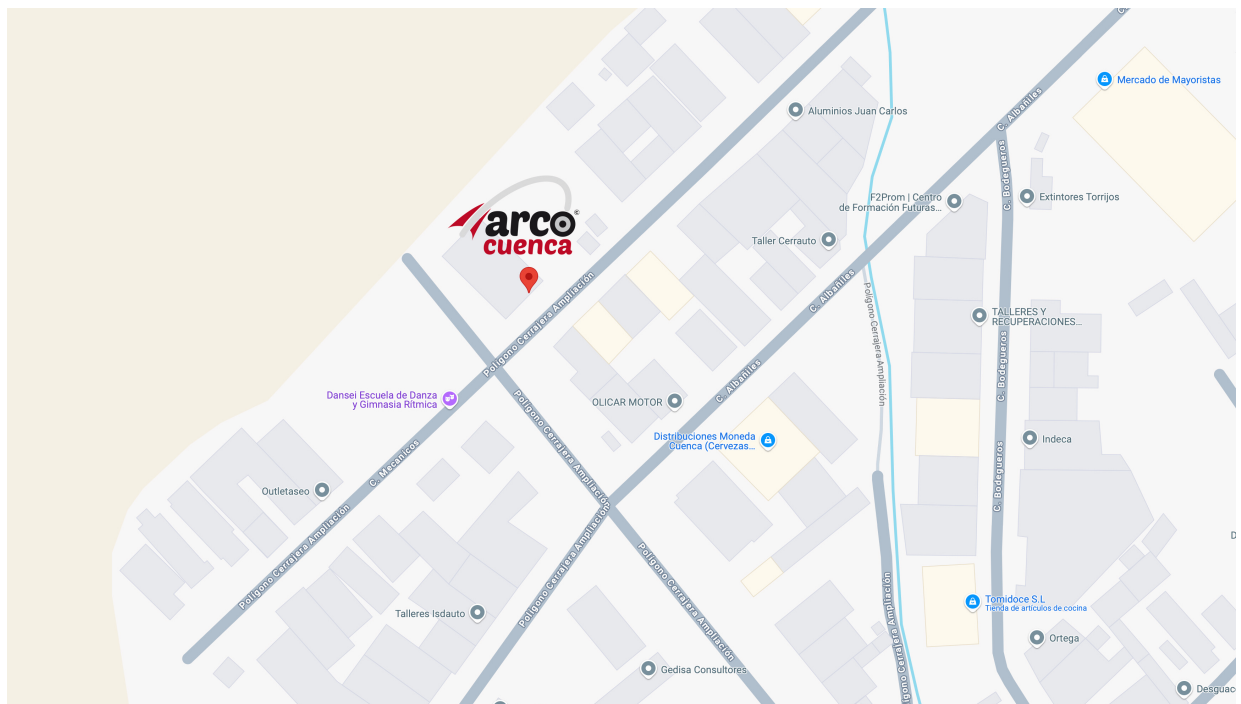
ANEXO I

INFORMACIÓN RESTAURANTE

Se concertará un restaurante para comer todos juntos el sábado 13 de septiembre en un restaurante cercano al Club ArcoCuenca, el precio de menú rondará los 15/20€ que se abonarán en el momento, se informará a los asistentes en el momento que se confirme la reserva del lugar.

INFORMACIÓN ACCESO A CLUB ARCOCUENCA

El aula práctica y el aula teórica están situadas dentro de la misma instalación del club, hay parking gratuito en las propias instalaciones, inclusive si algún participante viaja con furgoneta camper o autocaravana podría pernoctar sin problema en esa zona ya que es muy tranquila. Las instalaciones del Club están situadas en el (Polígono Ind. La Cerrajera - Calle Mecánicos, 12)



Cualquier duda con el acceso podéis poneros en contacto con Paolo Ocaña - 676898526