

CURSO DE MONITORES AAL NIVEL 1 – 2021

Constará de tres fases, una teórica online, otra presencial y una tercera práctica. La parte teórica a distancia se realizará durante 15 días y constará de clases online sobre la parte normativa y teórica. Cuota de Inscripción 80 EUROS. La parte presencial se realizará los días 24 y 25 de Julio de 2021

Sábado 24 de Junio de 9.30 a 13:30 y de 15.30 a 18.30 horas en el Ayuntamiento situado en la Calle Real en la localidad de Mures(Jaén)

La parte práctica se realizará el domingo 25 de junio de 09:30 a 14:00 en el polideportivo.

Los participantes tendrán que acudir a esta parte práctica con sus equipos de arquería.

Con un máximo de plazas de 30 personas por riguroso orden de inscripción al correo info@ifaa-spain.com. Condiciones para el curso de monitor AAL (IFAA-SPAIN):

Ser mayor de 18 años.

Ser miembro de AAL con tarjeta en vigor más de un año.

Ser tirador activo en modalidades FIELD, Bowhunter, Indoor IFAA a nivel nacional o internacional.

Presentar Currículo Deportivo y Memoria de actividades relacionadas con la instrucción en tiro con arco IFAA realizadas desde que realizaron el curso hasta el momento.

Presentar certificado negativo de la Base de Datos del Registro Central de Delincuentes Sexuales.

Contenidos

Teoría

1 Clubs

1. Estructura de club

2. Campos de tiro de Club

3. Instalaciones de Club

2 Rondas de la arquería IFAA

1. Las rondas IFAA Field y Hunter

2. Ronda IFAA Animal a distancias conocidas (IFAA Marked Animal Round)

3. Rondas IFAA 3D

4. La IFAA Ronda Indoor

3 Seguridad

1. Seguridad personal (“Piensa y vive seguro”)

2. Seguridad del campo de tiro
3. Seguridad de Equipo
4. Ejercicios de calentamiento y prevención de lesiones

4 Arcos

1. Compuesto, Recurvo, Longbow y Arco Histórico
 2. El arco Compuesto
 3. El arco Recurvo
 4. El Longbow
 5. Arcos Históricos
5. Comunicación
 6. Manual del arquero IFAA
 7. Divisiones de tiro IFAA
 8. Competición.- (Book of rules)
 9. Sesión inicial
 10. Desarrollo de un programa para escuelas o instalaciones recreativas
 1. Configuración de un campo de tiro para escuelas o grupos recreativo.
 2. Normas básicas de seguridad.
 3. Secuencia de tiro.
 4. Cómo desarrollar una competición
 11. Enseñando a niños la arquería IFAA
 12. Enseñando a mujeres la arquería
 13. Instrucción a los arqueros con discapacidades y a los arqueros de edad avanzada.
 14. Código de conducta del Instructor
 15. Mantenimiento de registros
 16. Seguridad pública
 17. Lista de verificación del equipo del nuevo arquero
 18. Lista de verificación de la aptitud del nuevo arquero
 19. Libro de registro del Instructor

Práctica

1. Elegir un Arco
 1. Ojo Dominante

2. Una sencilla prueba de ojo dominante
3. Apertura
4. Potencia del arco
2. Otro equipo (material, flechas, peep, etc
3. Posiciones de tiro en el campo
4. Pasos Básicos (Secuencia de tiro)
 1. Posición y Postura
 2. Carga de la flecha
 3. Agarre de cuerda
 4. Punto de enfleche con lazo "D" ("D" loop)
 5. Mano del Arco
 6. Pretensión
 7. Apertura
 8. Anclaje
 9. Apuntado
 10. Suelta
 11. Finalización (continuación)
4. Disparadores
 1. Disparadores de muñeca
 2. Disparadores de mano
 3. Disparadores de tensión de espalda
 4. Comprobaciones del equipo
5. Cálculo de distancias
 1. Cómo entender el cálculo con incrementos de distancia
 2. Conocer los grupos de dianas.
 3. Reglas sobre cálculo de distancias en IFAA
 4. Algunas técnicas permisibles para el cálculo de distancias.
 5. Cálculo de distancias sin utilizar una mira.
 6. Cálculo de distancias utilizando una mira.
6. Ejercicio para enseñar a los arqueros cómo apuntar mediante Gap Shoot
7. Ejercicios de estiramiento