**ARCO COMPUESTO**

**SEMINARIO TEÓRICO – PRÁCTICO SOBRE EL DISPARO PROGRESIVO CON UN VISOR MOVIÉNDOSE POR EL CENTRO. DISPARO POR SORPRESA.**

**Los puntos a tratar serán los siguientes:**

* **INTRODUCCIÓN.**
* **POR QUÉ ES EFECTIVO EL TIRO POR SORPRESA Y MI SECUENCIA DE TIRO ACTUAL.**
* **CUANDO COMENCÉ EL TRABAJO DE LA SECUENCIA DE TIRO.**
* **CUANDO COMENCÉ A USAR DISPARADOR DE TENSIÓN DE ESPALDA.**
* **ASPECTOS TÉCNICOS DEL TIRO.**
* **REGULACIÓN DE MATERIAL.**
* **SECUENCIA DE TIRO.**
* **APRENDER Y ENTRENAR EL TIRO POR SORPRESA.**
* **INTRODUCCIÓN A LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA.**
* **INTRODUCCIÓN A LA PLANIFICACIÓN DEPORTIVA.**
* **PRÁCTICAS INDIVIDUALES Y CONJUNTAS.**

**Horario del seminario:**

**SÁBADO 5 DE MARZO: De 10:00 a 14:00 h y de 16:00 a 20:00 h. Parte teórica.**

**DOMINGO 6 DE MARZO: De 10:00 a 14:00 h. Parte práctica.**