



FEDERAZIONE ITALIANA TIRO CON L'ARCO

COMITATO ABRUZZO



Oggetto: Programma corso istruttori I livello 6 Giugno / 9 Agosto 2026

Sabato 6 Giugno

Docente **Costantini Giancarlo**

Dalle ore 9:30 – 11:30

Argomento Nozioni elementari di biologia e anatomia applicate all'arco (in presenza)

Dalle 11:30 - 12:30 metodologia dell'allenamento teoria (in presenza)

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 14:30 metodologia dell'allenamento teoria (in presenza)

Dalle 14:30 – 16:30 metodologia dell'allenamento pratica

Dalle 16:30 – 18:30 metodologia dell'allenamento teoria (in presenza)

Argomento Metodologia dell'allenamento (in presenza)

Domenica 7 Giugno

Docente **Costantini Giancarlo**

Dalle 9:30 – 11:30 metodologia dell'insegnamento teoria (in presenza)

Dalle 11:30 -12:30 metodologia dell'insegnamento pratica

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 17:30 metodologia dell'insegnamento teoria (in presenza)

Dalle 17:30 – 18:30 metodologia dell'insegnamento pratica

Lunedì 8 Giugno

Docente **Osele Stefano**

Dalle 20:00 – 21:00

Argomento Antidoping (lezione online)

Domenica 14 Giugno

Docente **Bellotti Daniele**

Dalle 9:30 – 11:30 Arco nudo teoria

Dalle 11:30 – 12:30 Arco nudo pratica

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 14:30 Arco nudo teoria

Dalle 14:30 – 16:30 Arco nudo pratica

Dalle 16:30 – 18:30 Materiali e messa a punto

Martedì 16 Giugno

Dalle 19:00-21:00

Docente **Capretti Cecilia Manuela**

Argomento Regolamenti (online)

Sabato 27 Giugno

Docente **Motta Mariaraffaella**

Dalle 9:30 – 11:30 Arco compound teoria

Dalle 11:30 – 12:30 Arco compound pratica

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 15:30 Arco compound teoria

Dalle 15:30 – 17:30 Arco compound pratica

Domenica 28 Giugno

Docente **Motta Raffaella**

Dalle 9:30 – 11:30 Arco compound teoria

Dalle 11:30 – 12:30 Arco compound pratica

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 15:30 Arco compound materiale e messa a punto teoria

Dalle 15:30 – 17:30 Arco compound pratica

Sabato 4 Luglio

Docente **Andrea Toderi**

Dalle 9:30-10:30

Argomento Aspetti istituzionali concernenti il settore tecnico

Dalle 10:30 – 12:30 Arco Ricurvo teoria

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 18:30 Arco Ricurvo pratica

Domenica 5 Luglio

Docente **Andrea Toderi**

Dalle 9:30 – 11:30 Arco ricurvo teoria

Dalle 11:30 – 12:30 Arco ricurvo pratica

Pausa pranzo

Dalle 13:30 – 15:30 Arco ricurvo teoria

Dalle 15:30 – 18:30 Arco ricurvo pratica

Totale di ore effettuate n° 58 come da programma Fitarco

Domenica 9 Agosto

Ore 9:00

ESAMI

Responsabile del Corso
Giuseppe Rotolone

