



# FPTA Federação Portuguesa de Tiro com Arco

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

A TODOS OS SÓCIOS

**Cômunicado 16/2018**

Cruz Quebrada, 19 de setembro de 2018

**ASSUNTO:** Ações de formação contínua para Treinadores

No âmbito das ações de formação contínua a realizar com vista à formação de Treinadores, em especial visando os possuidores do TPTD (graus I e II) com vista à obtenção de Unidades de Crédito vimos informar sobre as datas e temas de duas formações abaixo indicadas:

## 1) Ação de formação contínua em técnica de Tiro com Arco

### INFORMAÇÃO E PROGRAMA DO CURSO

Data: 5, 6 e 7 de Outubro de 2018

Local: Estádio Nacional do Jamor – CAR Jamor – Auditório das Piscinas

Destinatários: Treinadores de Grau I e II

Taxa de Inscrição: 60€ (almoço não incluído)

Programa:

- 1) Anatomia e conceitos gerais relacionados com a técnica de Tiro com Arco
- 2) Aquecimento
- 3) A técnica de Tiro com Arco – Postura corporal
- 4) A técnica de Tiro com Arco – Movimento
- 5) Prática e ensino da Técnica de Tiro com Arco
- 6) Correções à postura e movimento: casos práticos e esclarecimento de dúvidas
- 7) A psicologia na atividade desportiva
- 8) Desporto Adaptado

Objetivo:

Aprofundamento e uniformização dos conhecimentos dos treinadores nos mecanismos de transmissão de informação necessários à correta prática do Tiro com Arco.

Horário: das 9:00 às 18:30 nos 3 dias

Carga horária: 25 horas correspondentes 5 UC presenciais.

### Inscrição

As inscrições deverão ser enviadas por email para [fpta@fpta.pt](mailto:fpta@fpta.pt) até ao dia 2 de Outubro indicando: nome completo, email, telefone de contato.



# FPTA Federação Portuguesa de Tiro com Arco

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

## Pagamento:

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária para o NIB 0035 0397 0001 6717 4319 3 (Federação Portuguesa de Tiro com Arco), sendo enviado o comprovativo para [fpta@fpta.pt](mailto:fpta@fpta.pt) com a indicação do nome / clube e respetivo NIF para emissão do recibo.

## 2) Ação de formação contínua em Preparação Física Geral e Específica e Interpretação dos resultados dos testes físicos

### INFORMAÇÃO E PROGRAMA DO CURSO

Data: 27 e 28 de Outubro de 2018

Local: Estádio Nacional do Jamor – CAR Jamor – Auditório das Piscinas

Destinatários: Treinadores de Grau I e II

Taxa de Inscrição: 40€ (almoço não incluído)

## Programa:

- 1) Preparação Física Geral
- 2) Preparação Física Específica para o Tiro com Arco.
- 3) Testes físicos e sua análise e interpretação.

## Objetivo:

Fornecer conhecimentos aos treinadores na área da preparação física.

Horário: das 9:00 às 18:00 nos 2 dias

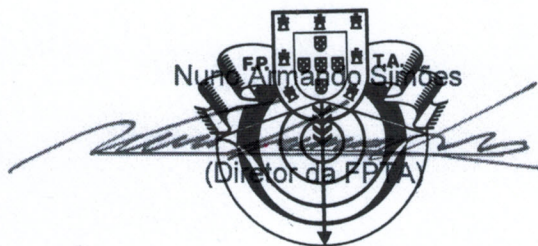
Carga horária: 15 horas correspondentes 3 UC presenciais.

## Inscrição

As inscrições deverão ser enviadas por email para [fpta@fpta.pt](mailto:fpta@fpta.pt) até ao dia 19 de Outubro indicando: nome completo, email, telefone de contato.

## Pagamento:

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária para o NIB 0035 0397 0001 6717 4319 3 (Federação Portuguesa de Tiro com Arco), sendo enviado o comprovativo para [fpta@fpta.pt](mailto:fpta@fpta.pt) com a indicação do nome / clube e respetivo NIF para emissão do recibo.

  
Nuno Almeida dos Santos  
(Diretor da FPTA)