



## **Circular CURSO INSTRUCTOR NIVEL 1 AAL (IFAA-SPAIN)**

Curso reciclaje de instructores AAL / IFAA titulados  
Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona  
**15 y 16 de febrero de 2024.**



Ese curso es la reedición del que estaba programado para Noviembre de 2024 que tuvo que ser suspendido.

**SI YA SE REGISTRÓ Y COMPLETÓ LA DOCUMENTACIÓN PARA EL CURSO DE NOVIEMBRE,  
NO HACE FALTA VOLVER A MANDAR TODO, SOLO ENVAIR UN CORREO CONFIRMANDO  
ASISTENCIA**

Constará de tres fases, una teórica online, otra presencial y una tercera práctica.

La parte teórica a distancia se realizará durante 7 días en la que los participantes reciben documentación normativa y teórica.

La parte presencial será el sábado 15/02 DE 9.30 a 13:30 y de 15.30 a 18.30 horas.

La parte práctica se realizará el domingo 16/2 de 09:30 a 14:00 en las instalaciones del Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona

Ubicación del club Gavarres <https://maps.app.goo.gl/zrGfGT3rJjDRGCTa7>

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

Con un máximo de plazas de **25** personas por riguroso orden de inscripción al correo [arcolibre@ifaa.es](mailto:arcolibre@ifaa.es)

### **Condiciones para el curso de Instructor AAL (IFAA-SPAIN):**

Ser mayor de 18 años y 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.
- Para el título de Instructor AAL Nivel 1 es necesario tener una antigüedad de un año en AAL y participar en competiciones oficiales en alguna de las modalidades IFAA.
- 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. No hay un formato específico. (relación de tiradas participadas, copia scorecard, detalle resumen de las actividades de promoción y enseñanza de arquería IFAA realizadas)
- Presentar certificado negativo de la Base de Datos del Registro Central de Delincentes Sexuales.
- (Nombre completo, número de tarjeta, teléfono y dirección de correo), deben enviarse al correo [arcolibre@ifaa.es](mailto:arcolibre@ifaa.es)

**El precio de las inscripciones será de 80 € para el curso de Instructor AAL Nivel 1.**

**Instructores L1 o N1 para renovación 40 €.**





## **Circular CURSO INSTRUCTOR NIVEL 1 AAL (IFAA-SPAIN)**

Curso reciclaje de instructores AAL / IFAA titulados  
Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona  
**15 y 16 de febrero de 2024.**



El ingreso se realizará en el número de cuenta de la Asociación de Arco Libre:  
**ES49 0081 0080 3700 0138 0545** indicando en el concepto el curso que se va a realizar y el nombre del participante. El justificante, junto con la documentación del participante

En el mismo club hay posibilidad de alojamiento a 20€ la noche. Para reservar alojamiento contactar con José María Escandell tfn: 609391525.

**La fecha límite de inscripción es el día 3 DE FEBRERO de 2025.**

### **Contenidos**

#### Teoría

1. Clubs
2. Estructura de club
3. Campos de tiro de Club
4. Instalaciones de Club
5. Rondas de la arquería IFAA
6. Las rondas IFAA Field y Hunter
  - a. Ronda IFAA Animal a distancias conocidas (IFAA Marked Animal Round)
  - b. Rondas IFAA 3D
  - c. Ronda Indoor
  - d. Ronda Flint
7. 3 Seguridad
  - a. Seguridad personal (“Piensa y vive seguro”)
  - b. Seguridad del campo de tiro
  - c. Seguridad de Equipo
8. Ejercicios de calentamiento y prevención de lesiones
9. Arcos: Compuesto, Recurvo, Longbow y Arco Histórico
  - a. El arco Compuesto
  - b. El arco Recurvo
  - c. El Longbow





## **Circular CURSO INSTRUCTOR NIVEL 1 AAL (IFAA-SPAIN)**

Curso reciclaje de instructores AAL / IFAA titulados  
Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona  
**15 y 16 de febrero de 2024.**



- d. Arcos Históricos
10. Comunicación
11. Manual del arquero IFAA
12. Divisiones de tiro IFAA
13. Competición. (Book of rules)
14. Sesión inicial
15. Desarrollo de un programa para escuelas o instalaciones recreativas
16. Configuración de un campo de tiro para escuelas o grupos recreativo.
17. Normas básicas de seguridad.
18. Secuencia de tiro.
19. Cómo desarrollar una competición
20. Enseñando a niños la arquería IFAA
21. Enseñando a mujeres la arquería
22. Instrucción a los arqueros con discapacidades y a los arqueros de edad avanzada.
23. Código de conducta del Instructor
24. Mantenimiento de registros
25. Seguridad pública
26. Lista de verificación del equipo del nuevo arquero
27. Lista de verificación de la aptitud del nuevo arquero
28. Libro de registro del Instructor
29. Realización de cursillos IFAA para arqueros con experiencia en otros ámbitos deportivos.

### **Práctica**

1. Elegir un Arco
2. Ojo Dominante
3. Una sencilla prueba de ojo dominante
4. Apertura





## **Circular CURSO INSTRUCTOR NIVEL 1 AAL (IFAA-SPAIN)**

Curso reciclaje de instructores AAL / IFAA titulados  
Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona  
**15 y 16 de febrero de 2024.**



5. Potencia del arco
6. Otro equipo (material, flechas, peep, etc.)
7. 3.Posiciones de tiro en el campo
8. Pasos Básicos (Secuencia de tiro)
9. Posición y Postura
10. Carga de la flecha
11. Agarre de cuerda
12. Punto de enfleche con lazo "D" ("D" loop)
13. Mano del Arco
14. Pretensión
15. Apertura
16. Anclaje
17. Apuntado
18. Suelta
19. Finalización (continuación)
20. Disparadores
21. Disparadores de muñeca
22. Disparadores de mano
23. Disparadores de tensión de espalda
24. Comprobaciones del equipo
25. Cálculo de distancias
26. Cómo entender el cálculo con incrementos de distancia
27. Conocer los grupos de dianas.
28. Reglas sobre cálculo de distancias en IFAA
29. Algunas técnicas permisibles para el cálculo de distancias.
30. Cálculo de distancias sin utilizar una mira.





## **Circular CURSO INSTRUCTOR NIVEL 1 AAL (IFAA-SPAIN)**

Curso reciclaje de instructores AAL / IFAA titulados  
Club Deportivo Gavarres, 17459 Campllong, Girona  
**15 y 16 de febrero de 2024.**



31. Cálculo de distancias utilizando una mira.
32. Ejercicios para enseñar a los arqueros cómo apuntar mediante Gap Shoot
33. Ejercicios de estiramiento

