

Associazione Sportiva Dilettantistica di Tiro con l'Arco

Regolamento dei corsi ai neofiti

La frequenza dei corsi per gli esterni viene così regolamentata:

Iscrizione, costi e tutela sanitaria:

L'iscrizione al corso viene effettuato dietro compilazione dell'apposito modulo, firmato dall'aspirante corsista, o da un tutore nel caso dei minori e a seguito di un colloquio con il Presidente dell'associazione.

1. Il richiedente deve produrre un certificato del proprio medico curante o del medico pediatra attestante l'assenza di impedimenti fisici alla pratica amatoriale della disciplina del Tiro con l'Arco o dichiara, sotto la propria responsabilità, l'assenza di tali impedimenti. Detto certificato non sostituisce il Certificato biennale del Medico di Medicina Sportiva attestante l'idoneità alla pratica agonistica del Tiro con l'Arco, necessario per la frequenza della palestra e per la partecipazione alle Gare Federali.
2. Il corso ha un costo, attualmente, di € 80,00.
3. La somma potrà essere versata, su richiesta del corsista, divisa in due rate uguali, una anticipata e una alla fine del corso.
4. La cifra include il primo tesseramento alla FITARCO, obbligatorio per poter godere della tutela assicurativa.

Non verranno ammesse iscrizioni alla associazione senza aver frequentato il corso.

Unica eccezione prevista per chi potrà dimostrare di essere già stato tesserato FITARCO in passato e previa dimostrazione delle sue conoscenze di base della tecnica di tiro.

Caratteristiche del corso:

Il corso ha le caratteristiche del corso di base per l'insegnamento dei fondamentali del Tiro con l'Arco. Il corsista ha diritto ad una giornata di prova del tiro con l'arco dopo la quale, se lo vorrà, potrà iscriversi al corso che ha una durata di sei lezioni per un totale di circa 6 - 9 ore.

Al corsista verrà assegnato un arco e tutto il necessario e si farà in modo, nei limiti del possibile, che durante il corso utilizzi sempre la stessa attrezzatura.



Associazione Sportiva Dilettantistica di Tiro con l'Arco

L'arco dovrà essere adeguato alla statura e all'allungo di ogni corsista e con flettenti di potenza limitata, massimo 18 libbre per gli adulti, 15 per i ragazzi e 12 libbre per i bambini.

Questo al fine di limitare i sempre possibili danni muscolari e ai legamenti e per garantire un corretto apprendimento della tecnica.

All'inizio di ogni seduta di corso sono obbligatori 10 minuti di riscaldamento a corpo libero e con l'elastico.

Ogni corsista, o gruppo di 4 corsisti al massimo, verranno seguiti sempre dallo stesso istruttore, incaricato dal direttivo.

Nuoro, 2 gennaio 2017

Il Presidente
Roberto Piras