



TiEmmeGi
EvocAzioni FormAttive

DI FRECCIA IN FRECCIA

“dalla piazzola al bersaglio”

Corso di approfondimento sugli aspetti percettivi nel tiro con l'arco

TiEmmeGi si occupa di aspetti formativi in diversi ambiti e, attraverso il progetto *L'Arciere che c'è in Te*, si rivolge agli arcieri che abbiano voglia di mettersi in gioco in una continua ricerca personale anche attraverso il Tiro con l'Arco, proponendo riflessioni utili al miglioramento delle proprie potenzialità ed al raggiungimento dei propri obiettivi.

Di FRECCIA IN FRECCIA vuole essere una sperimentazione volta a “leggere” in modo nuovo gli eventuali elementi di disturbo nella pratica del Tiro con l'Arco, sviluppando una ricerca di energie e risorse bloccate da fattori non sempre riconducibili alla volontà soggettiva.

Le tematiche vengono trattate in modo pratico direttamente sul campo, per favorire un immediato riscontro delle motivazioni che tolgono, anche solo in parte, l'attenzione e/o il collegamento al bersaglio.

A chi è rivolto

Arcieri che desiderano sviluppare tematiche sugli aspetti emozionali e mentali del tiro con l'arco, nonché acquisire efficaci strumenti di sostegno all'allenamento.

Obiettivi

Approfondire gli aspetti percettivi nel Tiro con l'Arco. Incrementare miglioramenti nelle diverse situazioni di tiro. Acquisire strumenti di auto-valutazione.

Metodologia

Introduzione teorica in gruppo, sperimentazione personalizzata sul campo affiancati da formatori esperti, condivisione e confronto dei risultati.

Argomenti trattati

Percezione soggettiva degli elementi di disturbo, limiti e condizionamenti che alterano il tiro, gestione della carica emotiva, equilibrio energetico.

Durata

Venerdì 19 ottobre ore 18:30-20.30 serata introduttiva (per iscritti e aperta a anche agli interessati)

Sabato 20 ottobre ore 09:00-18:00 *full immersion* (con pausa pranzo)

Domenica 21 ottobre ore 09:00-13:00 verifica e conclusione

Luogo

Agriturismo  L'Altana del Motto Rosso – loc.Motto Rosso, 8 - Gattico (NO)

Iscrizioni

Marco Caminati – tel. 0322 83 82 57 – cel. 335 61 24 797 – www.altanadelmottorosso.it

Informazioni

Tina Dolif – 333 79 35 028 – t.dolif@tiemmegi.it



TiEmmeGi - EvocAzioni FormAttive
Varese - Reggio Emilia

info@tiemmegi.it – www.tiemmegi.it