



# FEDERAZIONE ITALIANA DI TIRO CON L'ARCO

Ufficio Tecnico  
CB/

Roma, 19 dicembre 2019  
Prot. 4793

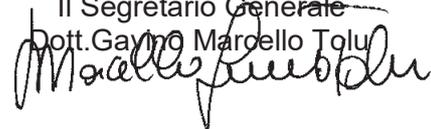
**Comitati e Delegazioni Regionali**

***E, p.c.: Componenti il Consiglio Federale  
Commissione Formazione Quadri***

**Oggetto: Piano di Formazione e Aggiornamento 2020 – stesura definitiva**

Come disposto dall'Art.1.4 del Regolamento Tecnici federali, ed in riferimento alla Comunicazione federale del 17 ottobre u.s. (prot.3921), trasmettiamo in allegato la stesura definitiva del Piano di Formazione e Aggiornamento per l'anno 2020.

Cordiali saluti.

Il Segretario Generale  
Dott. Gavino Marcello Tolu  


---

**Federazione Italiana di Tiro con l'Arco**  
Via Vitorchiano, 113/115 - 00189 Roma  
Tel. 06 91516900 - Fax 06 91516915  
C.F. 80063130159 - P.IVA 05525461009

[www.fitarco-italia.org](http://www.fitarco-italia.org)   



Federazione Sportiva Nazionale  
Riconosciuta dal CONI



Federazione Sportiva Paralimpica  
Riconosciuta dal CIP



**CALENDARIO CORSI 2020**

| REGIONE                  | TIPOLOGIA CORSO             | TEMA DELL'INCONTRO  | DATA DI SVOLGIMENTO   |
|--------------------------|-----------------------------|---|-----------------------|
| FITARCO                  | Corso Allenatori            |   | 7/15 marzo 2020       |
| 01 Piemonte              | Corso di Approfondimento    | Arco Compound   | Data da definire      |
| 01 Piemonte              | Corso di Approfondimento    | Arco Nudo   | Data da definire      |
| 01 Piemonte              | Corso di Approfondimento    | Arco Olimpico   | Data da definire      |
| 03 Liguria               | Corso di Preformazione      |   | data da definire      |
| 03 Liguria               | Corso Istruttori I livello  |   | data da definire      |
| 03 Liguria               | Corso di Aggiornamento      | materiali e messa a punto Arco Olimpico e Arco Nudo                                     | data da definire      |
| 04 Lombardia             | Corso di Approfondimento    | Preparazione mentale  | 25/26 gennaio 2020    |
| 04 Lombardia             | Corso di Preformazione      |   | 16 febbraio 2020      |
| 04 Lombardia             | Corso Istruttori I livello  |   | 29 febbraio 2020      |
| 04 Lombardia             | Corso Animatori             |   | 28/29 marzo 2020      |
| 04 Lombardia             | Corso di Approfondimento    | ParaArchery   | 19 aprile 2020        |
| 04 Lombardia             | Corso Istruttori II livello |   | ottobre 2020          |
| 04 Lombardia             | Corso di Approfondimento    | Arco Olimpico   | 18 ottobre 2020       |
| 04 Lombardia             | Corso di Approfondimento    | Arco Compound   | 8 novembre 2020       |
| 04 Lombardia             | Corso di Approfondimento    | Arco Nudo   | 22 novembre 2020      |
| 05 Trento                | Corso di Approfondimento    | La gestione degli scontri diretti   | gennaio 2020          |
| 05 Trento                | Corso di Preformazione      |   | febbraio/marzo 2020   |
| 05 Trento                | Corso Istruttori I livello  |   | marzo/maggio 2020     |
| 06 Veneto                | Corso di preformazione      |   | 5 gennaio 2020        |
| 06 Veneto                | Corso Istruttori II livello |   | 8 febbraio 2020       |
| 06 Veneto                | Corso di Approfondimento    | Videoanalisi  | settembre 2020        |
| 07 Friuli Venezia Giulia | Corso di Preformazione      |   | marzo 2020            |
| 07 Friuli Venezia Giulia | Corso Istruttori I livello  |   | marzo/maggio 2020     |
| 07 Friuli Venezia Giulia | Corso di Aggiornamento      | Arco Compound   | aprile 2020           |
| 08 Emilia Romagna        | Corso di Approfondimento    | da Istruttore a Coach: modello wave nello Sport per Istruttori II livello ed Allenatori | 21 e 22 febbraio 2020 |
| 08 Emilia Romagna        | Corso di Approfondimento    | la preparazione mentale nel Tiro con l'Arco   | marzo 2020            |
| 09 Toscana               | Corso Istruttori II livello |   | 4 gennaio 2020        |
| 09 Toscana               | Corso di Approfondimento    | Tecnica Arco Compound   | marzo 2020            |
| 09 Toscana               | Corso di Approfondimento    | Tecnica Arco Nudo   | maggio 2020           |
| 09 Toscana               | Corso di Approfondimento    | Tecnica Arco Olimpico   | settembre 2020        |
| 10 Marche                | Corso di Approfondimento    | Arco Olimpico   | marzo 2020            |
| 10 Marche                | Corso di Approfondimento    | Supporto psicologico e mentale per affrontare le competizioni                           | aprile 2020           |
| 10 Marche                | Corso di Approfondimento    | Arco Nudo   | novembre 2020         |
| 12 Lazio                 | Corso di Preformazione      |   | data da definire      |
| 12 Lazio                 | Corso di Specializzazione   | Giovanile   | data da definire      |
| 12 Lazio                 | Corso Istruttori II livello |   | data da definire      |
| 12 Lazio                 | Corso di Aggiornamento      | tecniche di respirazione nel Tiro con l'Arco  | data da definire      |
| 12 Lazio                 | corso di Approfondimento    | Preparazione atletica nel Tiro con l'Arco   | data da definire      |
| 12 Lazio                 | Corso di Aggiornamento      | preparazione psicologica nel Tiro con l'Arco  | data da definire      |
| 12 Lazio                 | Corso di Aggiornamento      | Tecnica di Tiro, materiali e messa a punto Arco Compound                                | data da definire      |
| 13 Abruzzo               | Corso di Approfondimento    | Tecnica Tiro di Campagna  | data da definire      |
| 13 Abruzzo               | Corso di Preformazione      |   | gennaio 2020          |
| 13 Abruzzo               | Corso di Aggiornamento      | Tecnica di tiro e messa a punto Arco Olimpico   | 25 gennaio 2020       |
| 13 Abruzzo               | Corso di Aggiornamento      | Insegnamento Tecnica di tiro Arco Olimpico  | febbraio/marzo 2020   |
| 13 Abruzzo               | Corso di Approfondimento    | Biomeccanica applicata alla sequenza di tiro  | febbraio 2020         |
| 13 Abruzzo               | Corso Istruttori II livello |   | aprile 2020           |

|               |                            |  |                            |
|---------------|----------------------------|--|----------------------------|
| 14 Basilicata | Corso di Approfondimento   | Arco Olimpico  | data da destinarsi         |
| 15 Campania   | Corso di Approfondimento   | Preparazione mentale in gara   | gennaio 2020               |
| 15 Campania   | Corso di Approfondimento   | Arco Compound  | febbraio 2020              |
| 15 Campania   | Corso di Aggiornamento     | Metodologia dell'Allenamento   | marzo 2020                 |
| 15 Campania   | Corso di Approfondimento   | Arco Olimpico  | marzo 2020                 |
| 15 Campania   | Corso di Approfondimento   | Arco Nudo  | aprile 2020                |
| 16 Puglia     | Corso di Approfondimento   | Arco Nudo  | 29 febbraio/1 marzo 2020   |
| 16 Puglia     | Corso di Approfondimento   | Arco Olimpico  | 4/5 aprile 2020            |
| 16 Puglia     | Corso di Specializzazione  | Giovanile  | 5/6/12/13 settembre 2020   |
| 16 Puglia     | Corso di Approfondimento   | Arco Compound  | 31 ottobre/1 novembre 2020 |
| 17 Basilicata | Corso di Preformazione     |  | aprile 2020                |
| 17 Basilicata | Corso di Aggiornamento     | Tecnica Arco Olimpico e Compound e messa a punto                             | maggio 2020                |
| 17 Basilicata | Corso Istruttori I livello |  | settembre/ottobre 2020     |
| 18 Calabria   | Corso di Approfondimento   | Preparazione psicologica alla prestazione sportiva - Gestire l'ansia in gara | 8 marzo 2020               |
| 18 Calabria   | Corso di Approfondimento   | Tiro di Campagna   | 21 giugno 2020             |
| 19 Sicilia    | Corso di Preformazione     |  | gennaio 2020               |
| 19 Sicilia    | Corso Istruttori I livello |  | marzo 2020                 |
| 20 Sardegna   | Corso di Approfondimento   | Mira e rilascio  | 4 gennaio 2020             |
| 20 Sardegna   | Corso di Approfondimento   | Preparazione mentale alle gare   | 21 marzo 2020              |
| 20 Sardegna   | Corso di Approfondimento   | Utilizzo diversi sganci meccanici e metodologia                              | maggio 2020                |
| 20 Sardegna   | Corso di Specializzazione  | Giovanile  | ottobre 2020               |
| 20 Sardegna   | Corso di Preformazione     |  | 21 novembre 2020           |