



# IL PERCORSO DELLA FORMAZIONE

*Aggiornamento Tecnici sportivi 2° e 3° livello*

## Tecnica di Pistola

TSN Treviso – Via Fonderia, 34 - 22-23 novembre 2014

### PROGRAMMA

SABATO 22 NOVEMBRE 2014

ORE 10.30 – 13.00

La posizione di tiro – dettagli

La presa dell'arma, posizione corretta della mano

La respirazione, dettagli delle due modalità respiratorie

L'alzata, analisi delle tecniche principali di alzata

(pausa pranzo) 13.00 – 14.00

ORE 14.00 -19.00

La visione di mira e la zona di puntamento

Lo scatto, analisi delle varie tipologie

Il controllo finale

La tecnica specifica nella specialità di P.L.

DOMENICA 23 NOVEMBRE 2014

ORE 9.00 -13.00

Le discipline di tiro a tempo determinato, analisi delle caratteristiche peculiari

La tecnica specifica nella specialità di P.S

La tecnica specifica nella specialità di P.G.C.

La tecnica specifica nella specialità di P.Sp.

La tecnica specifica nella specialità di P.A

---

*Docente*

*Sabine Marta, Formatore Sportivo UITIS, Tecnico Staff Nazionale Junior Pistola e IV livello CONI*