



via Piranesi 46 – 20137 MILANO  
Tel. 02 7388366 Fax 02 730717  
e-mail: [fitarcolombardia@fastwebnet.it](mailto:fitarcolombardia@fastwebnet.it)  
sito internet: [www.arcolombardia.it](http://www.arcolombardia.it)



## Programma del Corso di Approfondimento Divisione COMPOUND

### TECNICA:

- 1) Peculiarità Meccanico/Operative Arco Compound
- 2) Rilevazione Preventiva Allungo
- 3) Parametri Compound Influenzabili l'Allungo
- 4) Postura
- 5) Posizione Piedi
- 6) Settaggio Spalle/Scapole
- 7) Mano Arco
- 8) Mano Sgancio
- 9) Braccio Arco
- 10) Braccio Corda
- 11) Ancoraggio
- 12) Anomalie Posturali
- 13) Dinamiche di Trazione
- 14) Cronologia Contatti Al Viso
- 15) Mira
- 16) Incremento e Rilascio
- 17) Sequenza
- 18) Lettura Mirato e Relative Anomalie

### MATERIALI:

- 1) Scelta Arco Compound
- 2) Sistemi Cam
- 3) Set Up Preliminare Arco Compound
- 4) Poggiafreccia
- 5) Cable Guard
- 6) Scorricavi
- 7) Mirino
- 8) Diottre/Lenti
- 9) Sistemi STS
- 10) Loop/Incocco
- 11) Center Shot
- 12) Aste
- 13) Scelta Della Freccia
- 14) Stabilizzazione/Bilanciamento
- 15) Messa a punto del sistema
- 16) Rilasci Meccanici

Il programma pratico seguirà le linee guida esplicitate nella fase didattica.

Seguirà test finale.