



CLUB ARCOLORCA
Callejón de los frailes, 12 -
30800 - LORCA (Murcia)
Teléfono: 623 19 92 69

Flechas Rosas

El club de tiro con arco Arcolorca organiza en el entorno de los Juegos del Guadalentín, el

1º Encuentro Nacional de Flechas Rosas

Tras 6 años de desarrollo del proyecto, Arcolorca quiere dar un paso más allá y ampliar su ámbito de actuación, uniendo por primera vez a todos los grupos que han ido surgiendo en diferentes clubes para proporcionarles un marco de convivencia, como inicio de posteriores relaciones y acciones conjuntas.

El encuentro está enfocado directamente a las mujeres que participan en los grupos de mujeres afectadas de cáncer de mama o a aquellas, que sin haber pertenecido a ninguno, quieran acercarse y conocer los beneficios de una actividad como el tiro con arco. Para ello, se han organizado las siguientes actividades:

- ❖ Tirada social en línea, a dianas y figuras entre 8 y 18 metros.
- ❖ Almuerzo para las flechas rosas y sus técnicos.
- ❖ Taller práctico “calentamiento específico para Flechas Rosas” impartido por Mari Huertas Ibarra Garro, Fisioterapeuta del Hospital Virgen del Alcázar.

Gracias al patrocinio de la Fundación Alimer y el Hospital Virgen del Alcazar y a la colaboración de la Concejalía de Deportes, la participación en el evento será, previa inscripción, **totalmente gratuita para las participantes y sus técnicos.**

A continuación os pasamos los detalles del evento y como inscribirse.

Un cordial saludo,

Flechas Rosas Lorca.



CLUB ARCOLORCA

Callejón de los frailes, 12 -

30800 - LORCA (Murcia)

Teléfono: 623 19 92 69

Flechas Rosas

1.- LUGAR Y FECHA DE CELEBRACIÓN.

- Lugar: Pabellón de San José, C. Lorenzo Soto, s/n, 30800 Lorca, Murcia.

- Fecha: Sábado 24 de septiembre de 2022.

2.- HORARIO

9:00 Apertura de instalaciones.

9:30 Recepción de arqueras.

10:00 inicio Tirada Social.

11:30 Almuerzo.

12:15 Taller práctico "calentamiento específico para Flechas Rosas".

13:30 Fin del encuentro y partida hacia la Feria.

3- DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES

Tirada Social: el formato de una tirada en línea, en la que combinaremos parapetos con dianas y figuras volumétricas. Tiraremos 3 flechas cada vez y todas las dianas estarán situadas entre 8 y 18 metros.

Almuerzo: empanadas, refrescos y las famosas milhojas Lorquinas.

Taller práctico "calentamiento específico para Flechas Rosas": dirigido por la fisioterapeuta Mari Huertas Ibarra, nos enseñará la mejor forma de calentar antes de nuestras sesiones de tiro con arco, así los estiramientos más adecuados para nosotras.

3.- INSCRIPCIONES.

El **plazo de inscripción** quedará abierto a la recepción de esta circular, **cerrándose el miércoles día 21 de septiembre a las 23:59.**

Las inscripciones las podéis realizar:

Por correo electrónico a: tiradas@arcolorca.es

Por whatsapp: 623 19 92 69

Especificando correctamente los siguientes cinco datos:

-Nombre completo:

-Nº de licencia:

-Club al que pertenece:

-Zurda/diestra

6.- CAMBIOS SOBRE EL HORARIO PREVISTO.

La organización se reserva el derecho de modificación del horario, notificándose con anterioridad a los participantes.

Nos vemos en Lorca!
Un saludo de las Flechas Rosas