

Livro Arco & flecha, teoria e prática, destaca benefício cognitivo do esporte, especialmente no autocontrole das emoções

Destinada ao público leigo, a obra apresenta teoria e prática do arco e flecha, com dicas de como escolher um arco, regras para competições oficiais, peças e acessórios indispensáveis ao esporte e outras informações relevantes à prática deste exercício milenar.

20/09/2016 09:41:09

O livro, de autoria de Meguerditch Tarikian, paulista de Mairiporã, com mais de 30 anos de experiência no ramo, faz um resgate histórico da tradição do esporte no Brasil e no mundo, trazendo curiosidades e elencando benefícios cognitivos gerados pelo arco e flecha.

Curioso e investigador, o autor apresenta a teoria e a técnica deste esporte que tem atraído cada vez mais adeptos no Brasil e no mundo, por contribuir para o equilíbrio interno e concentração, com consequente reflexo no autocontrole das emoções. O esporte é cada vez mais procurado por executivos, das mais diversas áreas, fascinados pelos benefícios que o arco e flecha pode gerar em suas vidas, nos mais diversos aspectos. Segundo o autor, o “acertar na mosca” pode levar a um melhor conhecimento de si mesmo e à superação dos próprios limites.

O livro apresenta os princípios básicos que permeiam a prática do arco e flecha. Mostra detalhes relevantes a serem observados antes de iniciar com o esporte, como, por exemplo, o alinhamento da altura do atirador com a curvatura do arco. Outras informações importantes, como o voo da flecha, a influência exercida pelas penas e a medição da potência do arco, também ajudam a enriquecer os leitores ao trazer questões mecânicas da prática do arqueiro.

O conteúdo do livro está concentrado em três capítulos, distribuídos ao longo de 80 páginas, em que se apresentam técnicas de manejo, dicas de como escolher um arco, regras para competições oficiais, peças e acessórios indispensáveis ao esporte e outras informações relevantes ao público interessado em ingressar na prática deste exercício milenar. Ao final, o autor oferece links de acesso na internet para vídeos e outras curiosidades sobre o assunto.

Uma leitura indispensável a todos interessados em ingressar no universo milenar do arco e flecha.

Para mais informações, acesse o link: <http://www.barralivros.com/arco-e-flecha.html>

