

# CAMPUS DE VERANO

# 2013



## **INDICE**

- OBJETIVOS
- INSTALACIONES
- DIAS Y HORAS
- EDADES
- ASPECTOS TÉCNICOS QUE TRABAJARÁN
- PRECIOS DE LA INSCRIPCIÓN POR ALUMNO/A
- QUÉ INCLUYE LA INSCRIPCIÓN
- CÓMO HACER LA INSCRIPCIÓN
- UN DIA DE CAMPUS
- PUBLICIDAD, SPONSORS...

## **OBJETIVOS**

MEJORAR EL GESTO TÉCNICO DE LOS PARTICIPANTES MEDIANTE UN SISTEMA DE ENTRENAMIENTO MODERNO, BASADO EN EJERCICIOS PROGRESSIVOS E INTERRELACIONADOS, ADAPTADOS AL NIVEL DE CADA JUGADOR/A.

ADOPTAR HÁBITOS DE HIGIENE, DE ALIMENTACIÓN Y DE EJERCICIO FÍSICO, MANIFESTANDO UNA ACTITUD RESPONSABLE HACIA SU PROPIO CUERPO Y DE RESPETO A LOS DEMÁS, RELACIONANDO ESTOS HÁBITOS CON LOS EFECTOS SOBRE LA SALUD.

## **INSTALACIONES**

CAMPO DE FUTBOL MUNICIPAL DE SANT JUST DESVERN (HIERBA ARTIFICIAL)

## **DIAS Y HORAS**

### **EDADES**

1ER. TURNO: DEL LUNES 24 DE JUNIO AL VIERNES 28 DE JUNIO DEL 2013

2ND. TURNO: DEL LUNES 1 DE JULIO AL VIERNES 5 DE JULIO DEL 2013

3ER. TURNO: DEL LUNES 8 DE JULIO AL VIERNES 12 DE JULIO DEL 2013

DE 8:00 HORAS A 17:00 HORAS

NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 16 AÑOS

GRUPOS DE TRABAJO ENTRE 12 ALUMNOS POR ENTRENADOR PARA GARANTIZAR UNA ATENCIÓN PERSONALIZADA Y UNA BUENA CALIDAD DE SERVICIO. ENTRENADORES JOVENES CON EXPERIENCIA EN EL MUNDO DEL DEPORTE Y TITULADOS CORRESPONDIENTEMENTE.

## **ASPECTOS TÉCNICOS QUE SE TRABAJARÁN**

### **FUTBOL.**

CONTROL Y PASE.

CONDUCCIÓN.

REGATE.

TIRO Y REMATE.

ENTRENAMIENTO ESPECIFICO PARA PORTEROS.

## **PRECIOS DE LA INSCRIPCIÓN POR ALUMNO/A**

1 TURNO: 100€

2 TURNOS: 185€

3 TURNOS: 270€

LAS INSCRIPCIONES DE LOS TURNOS PUEDEN SER ALEATORIOS

10% DE DESCUENTO PARA LAS FAMILIAS QUE INSCRIBAN MÁS DE UN HIJO/A AL CAMPUS.

## **QUÉ INCLUYE LA INSCRIPCIÓN**

1 EQUIPACIÓN COMPLETA PARA TODOS LOS PARTICIPANTES (2 CAMISETAS + 1 PANTALÓN CORTO + 1 PAR DE MEDIAS)

5 SESIONES DE ENTRENAMIENTO + TORNEO INTERNO DEL CAMPUS

1 DIPLOMA PERSONALIZADO ACREDITATIVO DE LA ASISTENCIA AL CAMPUS 2013.

1 DOSIER DE ASPECTOS TÉCNICOS QUE REALIZARÁ EL ALUMNO CADA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO, UNA BUENA ALIMENTACIÓN E HIDRATACIÓN CON PREGUNTAS SOBRE LOS TEMAS RELACIONADOS CON EL DOSIER Y FINALIZA CON UNA VALORACIÓN DEL ENTRENADOR A CADA JUGADOR INVIDUALMENTE.

## **CÓMO HACER LA INSCRIPCIÓN**

SE PUEDE HACER LA INSCRIPCIÓN POR LAS OFICINAS DEL C.F. SANT JUST DE LUNES A VIERNES DE 18:00 A 20:00 HORAS.

## **UN DIA DE CAMPUS**

08:00 – 09:00h : ASISTENCIA GUARDERIA PARA LOS ALUMNOS.

09:00 – 09:15h : VESTUARIO.

09:15 – 09:30h : EXPLICACIÓN DEL GESTO TÉCNICO.

09:30 – 11:00h : SESIÓN DE ENTRENAMIENTO.

11:00 – 11:15h : ALIMENTACIÓN Y HIDRATACIÓN.

11:15 – 12:30:h : JUEGO REAL APLICADO AL GESTO TÉCNICO.

12:30 – 12:45h : VESTUARIO.

12:45 – 13:45h : PISCINA.

13:45 – 14:45h : COMIDA.

14:45 – 15:30h : SESIÓN DE VIDEOS + DOSIER.

15:30 – 15:45h : VESTUARIO.

15:45 – 16:00h : SESIÓN CALENTAMIENTO.

16:00 – 17:00h : TORNEO INTERNO DEL CAMPUS.

17:00 – 17:30h : DUCHA.

17:30 – 18:00h : ENTREGA DE NIÑOS A PADRES.

**PUBLICIDAD, SPONSORS...**



**Ajuntament de  
Sant Just Desvern**

MÁS SPONSORS POR DETERMINAR.