

CAMPUS DE TECNIFICACIÓ I CONEIXEMENTS NADAL 2016-17

Aquest proper Nadal el **Vic Riuprimer REFO FC** organitza uns entrenaments tecnificació, coneixements i habilitats motrius per a nens i nenes nascuts entre 2005 i 2012.

El campus es realitzarà a les instal·lacions de la zona esportiva municipal de Vic en horari de 9:00 a 13:00 (permanència gratuïta a partir de les 8:30), els dies 23, 27, 28, 29 i 30 de desembre, i 2, 3, 4 i 5 de gener. Les activitats que es realitzaran durant les hores de treball:

	23/12	27/12	28/12	29/12	30/12	2/01	3/01	4/01	5/01
09:00-10:15	Activitat lúdica	Jocs taula	Activitat lúdica	Jocs taula	Activitat lúdica	Jocs taula	Activitat lúdica	Jocs taula	Activitat lúdica
10:15-10:45	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar	Esmorzar
10:45-12:15	sessió tècnica contingut : conducció i tècniques	sessió tècnica contingut : passada i control orientat	sessió tècnica contingut : tècnica defensiva individual	sessió de coneixements contingut: el moviment	sessió tàctica contingut: el desmarcatge (ruptura i recolzament)	sessió tècnica contingut: tir	sessió de coneixements contingut: transicions atac -defensa defensa-atac	sessió tàctica contingut: el marcatge (cobertura i vigilància)	Jocs de futbol
12:15-13.00	Mundialet	Partit d'aplicació	Mundialet	Partit d'aplicació	Partit d'aplicació	Mundialet	Partit d'aplicació	Partit d'aplicació	Mundialet

*En la franja destinada a entrenament tècnic hi haurà entrenament específic per a porters.

Caldrà que cada jugador/a porti: bambes, sabates de futbol, roba esportiva i esmorzar.

Per formalitzar la inscripció heu d'anar al despatx de coordinació del Vic Riuprimer REFO, FC, de dilluns a divendres de 17:30 a 19:30. **El preu és de 70€ tots els dies o bé 10€ per dia esporàdic.** Termini d'inscripcions: fins divendres 16 de desembre.

Reunió informativa: dijous 20 de desembre a les 18:30 a la sala polivalent del Estadi Mpal. Vic

Per a qualsevol dubte podeu parlar amb en Modest (670360931), Èric (629875228) o bé escriure un correu a campus@vic-riuprimer.cat

*La realització del campus queda subjecta a la inscripció d'un mínim de 10 participants.