



CAMPUS SETMANA SANTA 2013

DIRECTORS: ELOY GASPAR / RAMON GASCON . JUGADORS DEL PHC SANT CUGAT
Experiència com a jugadors OKLLIGA 20 anys en equips CP VIC, CP ALCOBENDAS, PHC IGUALADA, BLANES, LLEIDA LLISTA, TORDERA, LLORET, GEIEG

MONITORS: En funció dels inscrits.

LLOC: Pavelló + Pistes Coll Favà

DIES: 25, 26 i 27 de Març de 2013

Lloc d'arribada dimecres a les 9:00h al PAV2; C/Major de rectorat, 2; 08017 BARCELONA

25, 26 i 27 de Març

08,45h – 9:00h

Arribada jugadors al pavelló

9,30h-12:30h

Jocs amb patins + Tecnificació

13:00h

Recollida

PREUS:

70 € no socis

65 € socis

Germans, 10% descompte en el total de la inscripció.

OBJECTIUS:

Tecnificació de porters i jugadors:

L'objectiu del campus és doble, per un costat iniciar en els bons hàbits d'entrenament als porters i jugadors més petits, centra-nos en la coordinació, el patinatge, la posició a la pista i porteria.

Els porters treballarem amb pilotes de tennis i material divers...i pels més grans fer un treball específic en velocitat de reacció, accions de posició en joc i reforçar la parada dinàmica (treballant la parada en moviment i en situacions de visió reduïda)

Els jugadors tractarem de millorar i augmentar la coordinació de pilota, patí i stick. Treballant velocitat de patí, posicionament a la pista segons posició del jugador.

També volem donar un enfoc a la importància del grup, treballar la dinàmica d'equip, objectius per equips, competició...aspectes tant importants en un esport d'equip com és l'Hoquei

DIVERSIÓ:

Volem que, a part de treballar aspectes tècnics de l'Hoquei, intensifiquem l'amistat, el joc, la convivència i que millor que amb activitats esportives diverses amb Jocs de pista.

PLANING:

Si els inscrits superen els 20, dividirem en 2 grups als jugadors; GRUP A + GRUP B.

COL.LABORACIÓ ESPECIAL:

Contarem amb la col.laboració especial de jugadors de la Ok Lliga el divendres 27, on ens ensenyaran tècniques de xut, penals, directes i tot el que els i volguem preguntar.

Ramon Gascon i Eloy Gaspar.