CLUB VOLEIBOL SANT CUGAT
CVSC

CAMPUS TECNIFICACIÓ PASQUA!

6 al 9 abril 2020

HORARIS 6-7-8 de 9 a 17h
9 de 9 a 13.30h

DIRIGIT A JUGADORES NASCUDES ELS ANYS 2005-2008

PREU PER SETMANA
132€ AMB DINAR

Segueix-nos!

Per inscriure's cal omplir i **enviar la butlleta d'inscripció** que trobareu a la web del **club www.cvsantcugat.com** i fer l'ingrés de la quantitat que correspongui, indicant el nom de la jugadora al núm. compte:
ES15 2100 0553 4502 0043 6860

Pavelló Municipal de Valldoreix.
C/Brollador s/n • 08197 • Valldoreix • **www.cvsantcugat.com** • casmpuspasqua@cvsantcugat.com

CLUB VOLEIBOL SANT CUGAT CVSC
Escola Voleibol Sant Cugat
Sant Cugat Creix
ETHICS 4 SPORTS
GRIFOLS
DSV Global Transport and Logistics

ORGANITZACIÓ

- Es faran grups de treball, la distribució dels quals anirà en funció de dos criteris: **edat i nivell de joc**.
- Cada grup estarà format per: **12-16 jugadores**.
- Cada grup tindrà **un entrenador personal** i una entrenadora auxiliar, amb el suport d'un preparador físic i un coordinador que aniran rotant pels grups de treball.
- **Places limitades**; s'establiran criteris de selecció d'acord amb els objectius de l'activitat i l'ordre d'inscripció segons data d'ingrés bancari.

OBJECTIUS

- Oferir una activitat **100% de voleibol**, tant per **augmentar el rendiment** de joc com per millorar l'actitud en la competició.
- **Desenvolupar** sessions específiques per a la **millora** dels diferents **rols tècnics** (recepció, rematada, etc.).
- **Desenvolupar** sessions específiques de preparació física.
- Fomentar diferents aspectes de la carta ètica de **SANT CUGAT CREIX**, de la qual el nostre club en forma part.

QUÈ OFERIM?

- **Direcció** i **gestió** a càrrec del nostre Director Tècnic, Toni Alemany.
- **Coordinació Tècnica** a càrrec de l'entrenador de l'equip Nacional 1a i Coordinador Línies Infantils, **Álex Pérez**.
- **Participació** dels tècnics del Club.
- **Entrevistes** i **demostracions de models tècnics** de jugadores de **Superlliga**.
- **Xerrada sobre nutrició** esportiva a càrrec d'una especialista.
- **Sessions** específiques de **preparació física**.
- **Servei de menjador** amb monitors.
- **Dinàmica amb el psicòleg esportiu** Albert Caso. " Els valors com a base del rendiment esportiu".

REFORÇ DE L'EQUIP TÈCNIC

AMB LES NOSTRES JUGADORES

Camila **MALDONADO**

Andrea **BOVÉ**

Magalí **MONTORO**

- **Álex Pérez:** Entrenador Nacional NIVELL 3.
- **Sam Asensio:** Entrenador Nacional NIVELL 2.
- **Jordi Padró:** Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Preparador Físic Superlliga.
- **Camila Maldonado:** Jugadora Internacional Equip Superlliga.
- **Andrea Bové:** Jugadora Equip Superlliga.
- **Magalí Montoro:** Jugadora Equip Nacional 1a.

MILLORAR

Recepció, atac, rematada, bloqueig, servei, etc.
Preparació Física.
Coneixements de nutrició.

Segueix-nos!

CAMPUS TECNIFICACIÓ PASQUA

Pavelló Municipal de Valldoreix. C/Brollador s/n • 08197 • Valldoreix
www.cvsantcugat.com • casmpuspasqua@cvsantcugat.com